Michael Harris

Solitude

L'étonnant pouvoir du calme

LES ÉDITIONS DE L'HOMME

Solitude

L’étonnant pouvoir du calme

Michael Harris

Solitude

L'étonnant pouvoir du calme

Traduit de l'anglais (Canada)
par Louise Chrétien

LES ÉDITIONS DE L'HOMME
Une société de Québecor Média

Pour David Anderson et Kenny Park

Il est une autre solitude

—EMILY DICKINSON

AVANT-PROPOS

Toute vie suit un rythme. Pour la plupart des créatures sur Terre, ce rythme résulte d'un ajustement continuel entre le corps et son milieu, entre l'être et son environnement. Il y a un temps pour se reposer, un temps pour chasser, un temps pour faire la cour, un temps pour se cacher. Pour nous, humains, la vie est toutefois un peu plus compliquée, car nous avons le pouvoir de façonner notre environnement. Les lois et les coutumes, les systèmes économiques et politiques, sans oublier les technologies, nous permettent d'être les maîtres du rythme de nos vies.

Or, c'est là une arme à double tranchant. D'une part, ce pouvoir nous libère des contraintes de la nécessité; nous pouvons choisir comment nous occupons notre temps. Mais, d'autre part, il peut nous faire adopter un rythme quotidien qui non seulement ne nous convient pas, mais peut être carrément mauvais pour nous – et nous sommes nombreux à tomber dans le piège. Nous consacrons nos journées à des activités qui nous procurent des plaisirs éphémères ou des commodités passagères, mais qui nous causent de l'anxiété et de l'insatisfaction. Dans le pire des cas, nous cédons même à d'autres le contrôle du rythme de notre vie – patrons, bureaucrates, marketeurs ou techniciens. En fin de compte, nous suivons un rythme imposé plutôt que choisi. Nous nous laissons dicter notre conduite.

Dans cet ouvrage plein d'esprit et d'une grande sagesse, Michael Harris examine un phénomène qui bouleverse en profondeur le rythme de la vie humaine: la perte de la solitude. Depuis plus d'un siècle, la vie des humains est de plus en plus occupée. Les médias nous bombardent de messages et de distractions; le temps de travail déborde sur le temps libre; le tourbillon de la vie sociale tourne de plus en plus vite. Jusqu'à récemment, il restait encore dans une journée des moments d'accalmie où la cadence ralentissait. Nous nous retrouvions seuls, séparés de nos amis et collègues, laissés à nos propres ressources, nos propres pensées. Ces parenthèses provoquaient parfois des sentiments de solitude et d'ennui, mais elles étaient aussi

l’occasion de puiser dans des idées, des perceptions et des émotions inaccessibles au moi social.

Aujourd’hui, ces moments sont en train de disparaître. Avec un téléphone intelligent à la main, la connectivité est continue. Même seuls, nous sommes toujours dans une foule. Le papotage ne cesse jamais; le rythme ne ralentit pas. On s’imagine que cette connectivité incessante est vivifiante, mais, comme le montre Harris, elle nous prive d’un tas de choses réservées aux solitaires. C’est la solitude qui est rafraîchissante, car elle stimule la mémoire, aiguise la conscience et encourage la créativité. Elle nous rend plus calmes, plus attentifs, plus lucides. Mieux encore, elle nous permet d’échapper aux pressions de la conformité. La solitude nous ouvre l’espace dont nous avons besoin pour découvrir les sources les plus profondes de nos passions, de nos plaisirs et de notre épanouissement dans la vie. Être seuls nous rend la liberté d’être nous-mêmes – du coup, nous devenons de plus agréable compagnie quand nous sommes en société.

L’art de la solitude – l’art qui, comme le dit Harris avec tant d’élégance, transforme des «jours vides en toiles vierges» – est difficile à pratiquer et facile à gaspiller. En ce moment, les forces conjuguées de la technologie, de la société et du commerce, dont les bienfaits sont par ailleurs nombreux, conspirent pour nous priver d’occasions de jouir de la solitude et nous convaincre qu’elle est, au mieux, superflue et, au pire, une perte de temps. Nous devons résister à ces forces, car une vie sans solitude est une vie amputée. Le présent ouvrage est précieux et sa publication survient à un moment très opportun, car il sert à la fois de rappel de la valeur de la solitude et d’appel à la résistance. Lisez-le en paix.

Nicholas Carr est l’auteur de plusieurs ouvrages sur la technologie et la culture qui ont été salués par la critique, notamment *Utopia Is Creepy, The Glass Cage, Remplacer l’humain: critique de l’automatisation de la société* et *Internet rend-il bête?* finaliste du prix Pulitzer.

LA MAGIE NÉE DE L'OBSCURITÉ

La D^re^ Edith Bone a décidé qu'elle ne pleurerait pas.

En cet après-midi de l'automne 1956, ses sept années d'isolement cellulaire viennent de prendre fin abruptement. À l'extérieur de l'enceinte de la prison, les derniers coups de feu de la Révolution hongroise résonnent encore dans les rues de Budapest. À l'intérieur du portail, la D^re^ Bone émerge de la porte principale de la prison dans la lumière déstabilisante de la cour. Âgée de 68 ans, elle est corpulente et percluse d'arthrite. Elle sort de l'enceinte de la prison et cligne des yeux en regardant le ciel. Puis, elle les aperçoit; des hommes en costume qui l'attendent, qui la fixent. Ils sont venus pour la voir pleurer.

Photographes et reporters braquent leurs objectifs et leurs carnets à spirale vers l'autocar rutilant venu la prendre pour l'emmener à l'ambassade de Grande-Bretagne. Ils cherchent des signes de ces sept années passées seule. Quelles traces cet isolement a-t-il laissées sur son visage? Sur ses yeux aux paupières tombantes? La plupart du temps, les prisonniers basculent dans la folie et la dépression, mais, alors qu'elle traverse lentement la cour vers la grille de fer, la D^re^ Bone semble parfaitement saine d'esprit. Elle a même l'air gaie. Les officiels et les journalistes ne la quittent pas des yeux. Un journaliste du quotidien britannique *Daily Express*, cherchant à dramatiser un peu la situation, griffonne dans son carnet qu'elle boite. Il sera embarrassé d'apprendre, une semaine plus tard, qu'on lui avait simplement donné une paire de chaussures qui n'étaient pas à sa taille.

Née à Budapest en 1889, la D^re^ Bone montra rapidement des signes d'intelligence – mais elle était désobéissante. Elle aurait aimé devenir avocate comme son père, mais cette profession étant interdite aux femmes, elle eut le choix entre l'enseignement et la médecine; ce fut la médecine. Munie du stéthoscope de son grand-père et d'un bâton d'Esculape à poignée

en ivoire, elle s'inscrivit à la faculté de médecine de l'université de Budapest à l'automne 1908.

Comme la Première Guerre mondiale fut déclarée peu de temps après la fin de ses études, elle se retrouva dans un hôpital militaire. C'est peut-être là, alors qu'elle était témoin de la souffrance des classes défavorisées, que ses sympathies communistes prirent racine: elle observa en effet un soldat roumain illettré – qui était berger avant la guerre – pleurer à la fenêtre pendant des jours en tenant son bras cassé, inquiet pour ses enfants perdus. Il n'était qu'un homme brisé parmi tant d'autres.

Après la guerre, la D^re^ Bone travailla pour le parti communiste de Grande-Bretagne pendant 16 ans, et ce lien avec l'étranger éveilla les soupçons des autorités lorsqu'elle rentra dans la nouvellement communiste Budapest en 1949.

La police secrète l'arrêta à l'aéroport alors qu'elle allait retourner en Angleterre. Des agents la poussèrent dans une voiture qui l'amena directement derrière les portes de tôle de leur quartier général. «Nous avons vraiment bien conspiré, s'amusa le chauffeur. Personne ne sait où vous êtes.» En effet, ses amis anglais la pensaient restée en Hongrie et ses amis hongrois repartie en Angleterre. La D^re^ Bone avait tout simplement disparu.

Au quartier général, un homme mince, vêtu d'un beau costume, se présenta poliment à elle. Une fois dans son petit bureau, il lui dit qu'il savait qu'elle les espionnait pour le compte des services secrets britanniques. «Vous ne quitterez pas cet immeuble avant de nous avoir dit quelles étaient vos instructions.»

«Dans ce cas, je mourrai probablement ici, car je ne suis pas une agente des services secrets», répondit-elle. On l'informa que son arrestation était la preuve qu'elle était coupable, car le parti n'arrêtait jamais d'innocents.

On la conduisit au sous-sol, puis dans une étroite cellule à peine plus grande que son lit en fer. En levant le bras, elle pouvait toucher le plafond. Au grand déplaisir de ses geôliers, elle s'étendit sur le lit et tomba immédiatement dans un profond sommeil. Plus tard, elle frissonna de froid et le gardien, moqueur, lui dit de ne pas avoir peur.

«Je n'ai pas peur», répondit-elle.

La suite (7 années et 59 jours d'isolement cellulaire) est digne d'un film d'horreur. Elle fut détenue dans des cellules glaciales et sales dont les murs

suintaient ou étaient couverts de moisissure. Elle était généralement affamée et constamment isolée, sauf lorsqu'elle était confrontée à ses gardiens. Vingt-trois officiers sans la moindre compétence l'interrogèrent à coups d'insultes et de menaces – à une occasion, pendant 16 heures d'affilée. Pendant une période de six mois, elle fut enfermée dans l'obscurité totale. Malgré tous ces mauvais traitements, elle ne fit jamais de fausse confession, ne demanda jamais grâce; ses geôliers n'en tirèrent qu'une suite de réponses insolentes. Pour la D^re^ Bone, faire rager les autorités de la prison, les rares fois où elle les voyait, devint une forme de divertissement.

Quand elle réclama un barbier, ses gardiens lui répondirent qu'une femme devait porter les cheveux longs. Qu'à cela ne tienne, elle passa trois semaines à couper un à un ses cheveux jusqu'à ce qu'elle obtienne la coiffure courte qu'elle préférait. Au cours de l'été 1951, elle entreprit une grève de la langue hongroise (leur jargon barbare, disait-elle). Elle proposa de communiquer en allemand, français, russe, anglais ou italien – langues qu'elle parlait toutes couramment.

Toutefois, le plus extraordinaire stratagème de la D^re^ Bone ne fut pas sa façon de jouer avec ses ravisseurs, mais de tenir le coup, son obstination à demeurer saine d'esprit. Du fond de ce vide imposé, elle se construisit lentement et sans relâche un monde intérieur qui ne pouvait être ni détruit ni lui être enlevé. Pour commencer, elle récita de la poésie, traduisant les vers qu'elle connaissait par cœur dans chacune de ses six autres langues. Puis elle se mit à écrire ses propres vers d'apprentie poétesse. L'un d'eux, composé pendant ses six mois dans le noir, était un éloge de sa «baguette magique mentale née de l'obscurité».

Inspirée par un personnage de prisonnier tiré d'un récit de Tolstoï, la D^re^ Bone fit de longues promenades imaginaires dans toutes les villes qu'elle avait déjà visitées: elle déambula dans les rues de Paris, Rome, Florence et Milan; elle visita le Tiergarten de Berlin et la résidence de Mozart à Vienne. Plus tard, alors que ses pieds avaient déjà creusé un étroit sillon près de son lit, elle entreprit en esprit un voyage jusqu'à sa résidence de Londres. Elle marchait une certaine distance chaque jour, prenant note d'où elle s'était arrêtée la veille. Elle fit le voyage quatre fois, s'arrêtant toujours quand elle arrivait au bord de la Manche, car l'eau lui semblait trop froide pour y nager.

Le calcul de ces distances était toutefois trop imprécis et la D^re^ Bone décida qu'il lui fallait un boulier compteur. Elle moula des miettes de pain rassis en forme de boules qu'elle enfila sur des brindilles de paille qu'elle arrachait au balai que les gardiens lui fournissaient pour nettoyer sa cellule. Elle put ainsi faire des calculs jusqu'à un milliard. Elle entreprit ensuite de compter sur son boulier tous les mots de son vocabulaire et découvrit qu'elle connaissait 27 369 mots en anglais. Elle compta ensuite ses mots en allemand et en français. Combien d'espèces d'oiseaux pouvait-elle nommer (même si elle risquait de ne plus jamais les entendre)? Combien d'arbres (même si elle ne les reverrait jamais)? Combien de vins (même si elle n'y tremperait plus jamais les lèvres)?

Elle modela d'autres miettes de pain en forme de lettres, 4 000 en tout, qu'elle gardait dans 26 casiers en bouts de pain. C'était sa presse d'imprimerie en blé et elle s'en servait pour coucher ses idées et sa poésie sur le papier. Les gardiens qui jetaient un coup d'œil dans sa cellule la traitaient de folle en fronçant les sourcils. Et la D^re^ Bone acquiesçait.

Comme elle souffrait de troubles digestifs, on lui donna des comprimés contenant du colorant vert, qu'elle utilisa pour teindre ses miettes de pain. Elle put ainsi fabriquer pour Noël des branches de houx miniatures dont les baies rouges étaient teintes avec son sang.

Au grand dam de ses gardiens, la D^re^ Bone démontra qu'elle maîtrisait à la perfection l'art d'être seule. Une fois coupée du monde, elle pratiqua son art, optant pour la paix plutôt que la folie, la consolation plutôt que le désespoir et la solitude plutôt que l'emprisonnement. Loin d'être détruite, la D^re^ Bone sortit de prison (et je cite) «un peu plus sage et pleine d'espoir».

Je suis tombé par hasard sur un livre qui mentionnait la D^re^ Bone – juste une ou deux lignes. Très étonné que son histoire ne soit pas mieux connue, j'ai décidé d'en apprendre davantage à son sujet. J'ai fini par trouver ses mémoires dans une collection d'ouvrages rares à l'université York (*Seven Years Solitary*, publié en 1957, un an seulement après sa libération). Quelle histoire remarquable! Elle écrit avec tellement de désinvolture et d'authenticité que je pouvais imaginer le son de sa voix – d'une sévérité comique, teintée par une enfance vécue dans cette Hongrie qui s'était retournée aussi durement contre elle. À mesure que j'en apprenais

davantage sur sa résilience face à l'isolement cellulaire, sa capacité inépuisable à le supporter, j'ai été saisi d'une sorte d'envie. Je n'enviais pas sa situation, bien sûr, mais ses facultés. Existe-t-il, me demandai-je, quelque chose dans mon monde pour m'inspirer à accumuler des réserves mentales comme les siennes? Étais-je au contraire condamné à toujours fuir ma prison intérieure, un luxe que la D^re^ Bone ne pouvait pas se permettre?

Même les quelques heures de solitude qu'exigeait la lecture de son histoire me semblaient pratiquement insupportables. Je levais constamment les yeux, espérant que les étudiants en bibliothéconomie qui chuchotaient dans la pièce voisine viennent m'interrompre ou qu'un intellectuel sociable s'installe à la longue table où je travaillais. Je ne tenais pas en place et me sentais honteux quand je me comparais à la formidable D^re^ Bone.

J'arrivai enfin au bout de son histoire et je refermai livre et autres documents avant de sortir dans le soleil chaud de l'après-midi. Contrairement à ce que j'avais prévu, mon malaise ne se dissipa pas. Le problème continuait à me chicoter quand je me joignis à la foule des étudiants pour me frayer un chemin jusqu'à un café très fréquenté et finalement à bord d'un autobus bondé. Je voulais plus de temps pour moi, mais je me dérobais dès que j'en avais. Voilà un problème à creuser! Mais il y avait plus. La brillante façon d'être de la D^re^ Bone, sa confiance en la richesse de sa propre vie intérieure, méritaient qu'on lui fasse de la place dans notre monde obsédé par la connectivité.

Comment être seul? Et pourquoi?

Il doit y avoir un art de la solitude, me disais-je. Une forme de pratique ou d'alchimie qui transformerait l'esseulement en solitude, les journées vides en toiles vierges. Il doit s'agir de l'un de ces arts perdus, comme la calligraphie ou l'art de nouer une cravate les yeux fermés. Un petit art perdu qui, chaque année, pâlit à la lumière éblouissante de l'avenir.

PREMIÈRE PARTIE

Les usages de la solitude

Je crois connaître le seul remède, qui consiste à bâtir en soi le centre de sa propre vie, non par égoïsme ni par désir d'exclusion, mais avec une sorte de sérénité inattaquable, à décorer sa maison intérieure avec un tel soin que l'on s'y sente bien, heureux d'accueillir toute personne qui souhaite y venir et y rester, mais heureux aussi quand, inévitablement, on s'y retrouve seul.

—EDITH WHARTON

1
Tous ensemble maintenant

Mon partenaire, Kenny, manifeste une sorte d'intérêt détaché pour ce que j'écris. («Détaché», parce qu'il sait trop bien qu'il ne faut pas laisser un auteur partir sur sa lancée à la table du souper.) Quand je lui ai raconté l'histoire de la D^re^ Bone, en ajoutant que j'aimerais écrire quelque chose sur la solitude, il a déposé sa bière et m'a regardé. «As-tu déjà été seul dans ta vie? Pour plus longtemps que, je ne sais pas, disons une journée? Vraiment seul?»

J'ai moi aussi déposé mon verre et froncé les sourcils en regardant dans le vide. «J'ai déjà dû…» Mais c'était évidemment faux. Kenny suggéra, avec une logique agaçante, que je devrais peut-être m'y essayer.

J'ai changé de sujet. Impossible, toutefois, d'ignorer qu'il m'avait jeté le gant! Comme Kenny devait être absent la semaine suivante, je me fis silencieusement la promesse de passer toute une journée entièrement seul – sans voir qui que ce soit ni communiquer avec aucun avatar numérique.

Hélas, au jour dit, je reçus, dès 9 h le matin, un texto que j'ai évidemment lu, comme si je suivais une loi pavlovienne. Une invitation à aller prendre un verre dans un parc avec des amis de l'extérieur de la ville. Désastre!

J'ai triché. Et puis j'ai encore triché. Je suis allé au café. J'ai répondu à un appel de ma mère. Je suis allé courir et je me suis arrêté pour caresser un chiot. Au moment de me mettre au lit, j'ai compté au total une douzaine d'interactions. J'avais été incapable de rester seul une seule journée.

Il m'arrive parfois d'avoir la sagesse de laisser mon téléphone à la maison pour freiner ma dépendance gloutonne aux médias, mais de faire fi complètement des pressions de la société? Cette sensation, dont je me souviens à peine, remonte à mon enfance, à une époque où je pouvais faire

une randonnée en montagne avec mon Polaroid et oublier pendant des heures l'existence des autres humains.

J'avais changé – vieilli – et j'avais acquis les réseaux et les câbles qui relient les adultes entre eux. En me réveillant un matin, je me suis rendu compte que tout ce temps libre vide avait été comblé par des inquiétudes nerveuses au sujet des enfants de mes amis, du bonheur de parents éloignés, de la sécurité financière de mes amis dans une économie précaire, sans compter toutes mes inquiétudes égoïstes au sujet de ma propre réputation (ma vague «marque de commerce») qui pouvait être ternie en ligne par une remarque vulgaire ou du potinage malveillant. Bref, je m'étais laissé prendre dans l'engrenage.

Peut-être était-ce le monde qui avait changé, qui ne faisait plus autant de place à la solitude. Ou peut-être, plus probablement, était-ce un mélange des deux – le fait que j'avais vieilli, et le fait que le monde commandait désormais la servitude volontaire aux diverses plateformes en ligne. Tout avait changé, à l'intérieur comme à l'extérieur. Maintenant, perdu dans une brume d'anxiété sociale, je me réveillais chaque matin pressé de savoir «ce que j'avais manqué» et me couchais chaque soir en me demandant: «Qu'est-ce que j'ai dit?»

La foule, ce buffet de connectivité perpétuelle, me laissait sur ma faim, et cela depuis des années. Sauf que maintenant, cette insatisfaction devenait une motivation au travail. Quelques lectures – et une nouvelle héroïne en la personne de la D^{re} Bone – avaient transformé mon malaise en une mission. Je voulais reprendre contact avec le silence de la nuit, avec mes propres rêves éveillés, avec le vrai moi que je fuyais (depuis combien de temps?). Pourquoi, me demandais-je constamment, avais-je si peur de ma propre compagnie? Le présent ouvrage est le résultat de mes réflexions à ce sujet.

Permettez-moi de préciser une chose: je ne suis pas un nostalgique de la cabane dans les bois de Thoreau. Je ne veux pas fuir le monde – je veux me redécouvrir dans le monde. Je veux savoir ce qui arriverait si nous commencions à réintroduire des doses de solitude dans nos journées frénétiques et nos rues bondées.

N'allez pas croire que c'est facile. Même quand je sors de chez moi avec la ferme intention de faire une promenade solitaire, j'observe compulsivement les échanges sociaux des autres. Un couple d'adolescents gazouille tristement sur le trottoir en se disant au revoir pour la journée; sur

le gazon, une maman joue à la cachette avec son enfant éternellement ravi; un rabbin monte dans son Audi tout en répondant à son téléphone; une femme se penche à la fenêtre d'un camion à café et, passant un *macchiato* à sa cliente, lance joyeusement: «Un bon café pour une jolie femme.» Partout et n'importe où, nous échangeons continuellement, un peu comme les grands singes qui font du «toilettage social». En effet, c'est grâce à toutes ces petites offrandes, anodines mais continuelles, que nous assurons la survie de notre culture et de notre espèce.

Nous le savons, vivre au sein de groupes très peuplés sollicite énormément le cerveau des animaux – plus particulièrement le néocortex. En fait, il existe, chez les primates, une corrélation entre tous les marqueurs de complexité sociale – taille des groupes, cliques de toilettage, stratégies d'accouplement, ruse tactique et jeu social – et la taille relative du néocortex de chaque espèce. Plus le néocortex est gros, plus le primate est sociable. Plus le primate est sociable, plus il est capable de vivre dans des groupes populeux, sans que ceux-ci implosent avec violence en raison de dissensions internes.

Les données sont concluantes. En formulant sa théorie du «cerveau social» dans les années 1990, l'anthropologue Robin Dunbar a découvert que la taille relative du néocortex des simiens était directement proportionnelle à la taille de leurs groupes: les singes nocturnes et les tamarins, par exemple, dont le néocortex est petit par rapport à la taille de leur cerveau, se tiennent en bandes de moins de 10 individus; les chimpanzés et les babouins, qui ont des néocortex relativement gros, vivent en groupes de plus de 50 individus. Pendant la majeure partie de leur histoire, les humains ont vécu en groupes d'environ 150 individus; et (sans surprise) c'est *Homo sapiens* qui possède, toutes proportions gardées, le plus gros néocortex de tous les primates. Selon Dunbar, si notre gros cerveau nous a aidés à apprendre à utiliser des outils, il nous a surtout permis de vivre dans des groupes de plus en plus nombreux. Avec le nombre, la sécurité augmente, la force aussi, ainsi que les chances de transmettre le savoir et, au final, de survivre.

Dunbar a aussi découvert que plus un groupe de primates devient important, plus ses membres consacrent de temps au toilettage social. Les manifestations d'affection, de frustration et d'agressivité de tous ces individus doivent être perpétuellement apaisées et gérées. Il faut du doigté pour survivre au sein d'un grand groupe de primates. Ces pourquoi certaines espèces peuvent consacrer au toilettage jusqu'à 20 pour cent de leur temps chaque jour[1]. Selon la théorie de Dunbar, et proportionnellement à la taille gigantesque de nos propres groupes, nous, humains, devrions consacrer la majeure partie de nos journées à nous «toiletter socialement». Alors, comment avons-nous contourné la loi de Dunbar? Comment avons-nous réussi à vivre en groupes de plus en plus nombreux sans être forcés de passer tout notre temps à nous épouiller mutuellement?

La réponse réside dans l'émergence du langage, il y a environ 100 000 ans, un événement charnière de notre évolution. Un primate préverbal est forcé de toucher un ami ou un ennemi pour le toiletter. Un primate qui parle, dont le langage lui permet de faire des discours complexes allant au-delà de la simple vocalisation, peut faire l'équivalent du toilettage social à un grand nombre de membres de son groupe en même temps. Il s'agit d'un avantage non négligeable. Qui plus est, un singe qui parle n'a pas besoin de rester accroupi dans les hautes herbes pour faire le toilettage; il peut le faire pendant une promenade ou en cueillant des baies. *Voilà* un bel exemple de multitâche! La naissance du langage a répandu parmi l'humanité un toilettage hautement efficace[2]. Grâce au langage, nos ancêtres ont pu exporter des pensées complexes d'un cerveau à un autre, rendant possible la coordination de la chasse et de la cueillette et, plus tard, de l'agriculture. Grâce au langage, nous avons été capables d'assurer la stabilité (et d'en récolter les avantages) de groupes sociaux de plus en plus nombreux.

Nous n'allions pas nous arrêter en si bon chemin! Nous avons continué à découvrir de nouvelles façons d'étendre et d'intensifier nos activités de toilettage social. C'est ainsi que l'animal humain (qui arbore un néocortex digne d'un mammouth) a été capable de vivre en groupes toujours plus nombreux, tout en gardant intact un semblant de structure et de sécurité. Quand on y pense, chaque forme de technologie des communications – du papyrus à Pinterest en passant par la presse à imprimer – s'est emparée d'une partie fondamentale de notre esprit. Tour à tour, ces technologies ont magnifié notre habileté à nous toiletter mutuellement, nous permettant de

développer d’immenses cités et, pour finir, le «village global». Nous éprouvons de l’empathie ou de la haine pour des humains de l’autre côté de la planète – des réfugiés ou des terroristes que nous ne rencontrerons jamais. Au moment d’écrire ces lignes, la population mondiale est estimée à 7401 858 841 personnes et, pour la première fois dans l’histoire, chacune peut théoriquement se connecter à toutes les autres; ce qui équivaut à 27393 757147344 002 220 connexions possibles[a]. Donc, pendant que je suis assis tout seul dans mon petit bureau (ma cellule), il est possible que le monde extérieur bourdonne de plus de 27 quintillions de salutations.

Évidemment, ce changement n’est pas répandu également partout sur la planète. Comme le disait William Gibson, «le futur est déjà là, il n’est tout simplement pas réparti équitablement». En effet, les innombrables accros de l’iPhone sont abasourdis quand ils apprennent que moins de la moitié de la population du monde est connectée. Cela dit, le changement avance à grands pas et ni la pauvreté ni l’isolement rural ne priveront toutes ces populations de services en ligne pendant encore longtemps; en 2006, 18 pour cent de la population mondiale était en ligne; en 2009, 25 pour cent; et en 2014, 41 pour cent[3]. Un taux de croissance phénoménal. Pensez au rythme étourdissant auquel se propagent les services de messagerie qui dominent le paysage et dont on a fait le principal outil numérique de toilettage social: en 2016, WhatsApp, un géant des services de messagerie instantanée, était utilisé par un milliard de personnes.

Aristote, qui estimait que l’homme est un animal social, avait tout à fait raison. L’une des plus importantes motivations de l’humain est de s’assurer que son entourage a une opinion favorable de lui. De nos jours, les échanges par écrans interposés plutôt qu’en personne nous permettent d’user de stratégies pour enjoliver l’image que nous voulons présenter. Voici un exemple. Ma merveilleuse et très nerveuse amie Jocelyne, qui peut écrire et réécrire pendant plusieurs minutes son commentaire Facebook à un ami qui vient de décrocher un nouvel emploi, finit la plupart du temps par se contenter d’une remarque banale du genre: «Très contente pour toi!!!» (Si elle se sent un peu fofolle, elle peut ajouter l’émoji d’un verre de

martini.) Sans surprise, une étude menée en 2015 a découvert que parmi les 1,5 milliard d'utilisateurs réguliers de Facebook, les plus assidus sont des personnes souffrant d'anxiété sociale – surtout des gens qui ont besoin d'être rassurés socialement[4]. La technologie devient un cataplasme, une façon d'apaiser nos craintes, de nous convaincre que nous faisons partie du groupe. En un rien de temps, le besoin irrépressible de nous flatter mutuellement en ligne nous est devenu naturel: en 2005, seulement 8 pour cent des adultes américains utilisaient des sites de réseautage en ligne, comparativement à 73 pour cent en 2013[5]. Entre-temps, près de 50 pour cent des Américains dorment maintenant avec leur téléphone cellulaire sur leur table de chevet, maigres substituts des peluches d'autrefois. Être humain, c'est être social; être humain à l'ère des écrans, c'est être massivement social.

Et pourtant… On peut comparer notre rapport aux réseaux sociaux à notre rapport à l'alimentation. Nous sommes nombreux à devoir suivre des régimes santé pour éviter de surconsommer le sel, le sucre et le gras que notre organisme a été conçu pour emmagasiner. Sommes-nous devenus tellement accros aux communications que nous devons prendre des mesures pour éviter de nous empiffrer de cet équivalent de la malbouffe? Les médias sociaux nous ont-ils rendus socialement obèses, gavés de constantes connexions sans jamais être rassasiés?

Est-ce que le néocortex – l'organe même qui a fait de nous des humains et a donné l'impulsion à la création de nos villes, de nos politiques, de nos religions et de nos arts – a été détourné une fois de trop?

Quand l'essor du «toilettage numérique» a-t-il commencé à devenir vraiment inquiétant? Ce n'est qu'une devinette, mais je prends le risque: à 9 h 49 le 14 juillet 2004. C'est le moment où une personne s'est connectée à un site de conseils sur les fichiers vidéo numériques et a tapé les mots suivants: «Je me sens seul, y a-t-il quelqu'un qui veut me parler?» Dix ans plus tard, *Salon* a qualifié la conversation qui a suivi «d'échange le plus triste de l'histoire d'Internet». Quelques jours à peine après cette inscription, toute personne qui tapait «je me sens seule» sur le moteur de recherche Google y était dirigée; les gens exprimaient leur écrasante solitude et recevaient en échange un peu de compassion. Il s'avère qu'après

quelques verres de shiraz en solo, beaucoup de gens lancent ces mots sur Internet à la manière d'une bouteille à la mer. Mais que pensent-ils recevoir en retour? *Nous sommes tous des nuls qui ont besoin de se faire une vie*, a répondu un visiteur. *C'est comme s'il n'y avait plus personne de réel*, a écrit un autre. Personne ne voulait de conseils sur les psychiatres ou les médicaments, personne ne cherchait de petit ami ni de colocataire non fumeur. Ce n'était rien qu'un grand cri de détresse numérique.

Pas étonnant que nous demandions à Internet de résoudre nos problèmes de solitude! Nous sommes tous, moi le premier, habitués à formuler nos recherches sur Google comme si nous étions impuissants à trouver la réponse autrement. Par exemple: «Quelle heure est-il à Paris?» «Combien y a-t-il d'onces dans un litre?» Ces recherches sont dites oraculaires (comme dans «demande à l'oracle»). De là, il n'y a qu'un pas pour demander à cette même source d'autorité de répondre à des questions d'ordre plus intime. *Pourquoi est-ce que je ne suis pas heureux? Pourquoi n'y a-t-il personne qui m'aime?*

Le 14 juillet 2004 à 9 h 49. Un mercredi matin banal.

Peut-être est-ce le moment où le besoin de se faire «toiletter» en ligne est devenu incontrôlable. Se sentant seul, un quidam – appelons-le Eddie – a eu l'idée de se tourner vers Internet pour trouver de la compagnie. Rien de plus facile. Et l'oracle était invitant. «Je me sens seul, y a-t-il quelqu'un qui veut me parler?» Le désir d'Eddie d'échapper à sa solitude n'a rien de bien nouveau; ce qui est nouveau, c'est la facilité, la promesse que lui fait la technologie qu'il ne se sentira plus jamais seul. Si Internet est devenu un antidote à la solitude, c'est bien parce que nous l'avons voulu. Il faut dire qu'il nous avait déjà habitués à ses intrusions et à ses souriants messages non sollicités.

D'ici 2020, il y aura entre 30 et 50 milliards d'objets – voitures, grille-pain, bouteilles de shampooing – qui seront connectés à Internet (*Internet of Things* ou IoT); soit trois fois plus qu'au moment d'écrire ces lignes en 2016[6]. Les objets autrefois insensibles de votre chambre à coucher, du parc de votre quartier ou la toilette dans votre avion seront dotés d'une force d'animation qui aurait émerveillé les générations passées. (Certains membres du laboratoire des médias du MIT – Massachusetts Institute of Technology – parlent d'objets «enchantés», ce qui me rappelle la remarque

d’Arthur C. Clarke que «toute technologie suffisamment avancée est indiscernable de la magie».) Cet «Internet of Everything (IoE)», où la déconnexion est un péché, repose sur des liens et des boucles de rétroaction constants – des vibrations sociales permanentes. Autrement dit, nos environnements comporteront moins de briques et de plastique et plus d’infrastructures nuagiques[b]. Ces nuages numériques ne toléreront pas la déconnexion, y voyant un type de dysfonctionnement; et notre écosystème mental sera endoctriné dans le même sens.

Les débuts de l’Internet of Everything sont déjà à nos portes. Nous contribuons à son développement en dotant nos bornes de stationnement, nos réseaux d’énergie, nos billets de banque, nos vêtements et nos bijoux d’une intelligence artificielle qui était impensable il y a 20 ans. Entre-temps, Google Now m’appâte avec d’innombrables conseils amusants adaptés à mon quartier, il m’encourage, me pousse un peu dans le dos. L’assistant vocal Echo d’Amazon gère les tâches ménagères comme un serviteur nuagique: il réorganise les stocks, garde à jour la liste d’épicerie et lit les recettes. Amazon Prime Air veut désespérément livrer des colis par drones. Il existe même des appareils ménagers autoapprenants qui surveillent l’activité humaine et synchronisent leurs interventions pour les rendre les plus discrètes possible.

Nous sommes souvent inconscients de notre position dans cette spirale de connexions, mais nous avons la preuve (pour peu qu’on la cherche) tous les jours que le pendule de notre époque s’éloigne de la solitude et oscille vers le réseautage.

La cybernétique ne se limite pas aux habitats humains. Nous finirons par transformer le règne animal à notre image. Certaines vaches laitières suisses, par exemple, envoient des messages à leurs éleveurs par l’intermédiaire de cartes SIM et de senseurs implantés dans leur cou. Ces dispositifs peuvent sentir quand les vaches sont en chaleur et envoyer le message qu’elles sont prêtes à être inséminées[7]. Tu peux aller te rhabiller, Tinder.

Je ne peux pas me prononcer pour les vaches, mais les humains, eux, penchent nettement pour la connexion de tout et de tout le monde. Comme l’a démontré la recherche de Dunbar, ce désir est inscrit dans notre nature profonde. Nous ne sommes d’ailleurs pas les seuls: un grand nombre d’espèces sont sociales. Mais l’espèce humaine est l’une des seules que l’on

peut qualifier d'*eu*sociale (*eu* signifiant «vrai»). C'est ce mot que le grand entomologiste E. O. Wilson utilise pour qualifier un réseau multigénérationnel d'animaux qui se sacrifient pour le bien commun. Comme les fourmis que Wilson étudie, nous, humains, appartenons à une espèce dont les membres coopèrent énormément entre eux. Nous sommes programmés pour nous sacrifier dans l'intérêt de la communauté. Nous sommes, certes, capables d'égoïsme; mais que dire de l'abnégation dont font preuve les soldats qui participent à des missions militaires, de l'engagement dans des projets collectifs, de la modeste chorale d'école primaire à la création du grand collisionneur de hadrons. Pour Wilson, l'évolution d'une culture eusociale est l'une des innovations majeures de l'histoire de la vie, au même titre que l'apparition des ailes et des fleurs[8].

Cette frénésie de communications masque un autre phénomène: nous, humains, fuyons de plus en plus notre solitude. Un sondage réalisé en 2013 auprès de 7 500 utilisateurs américains de téléphones cellulaires montre que 80 pour cent d'entre eux consultaient leur cellulaire dans les 15 premières minutes suivant leur réveil[9]. Parmi les sujets de 18 à 24 ans, ce taux monte à 89 pour cent (la majorité le consultant immédiatement en se réveillant). En fait, un répondant sur quatre ne pouvait pas nommer un seul moment de la journée où son téléphone n'était pas à portée de main. Voilà un engagement eusocial s'il en est un. Notre extension dans des réseaux sociaux immenses n'est pas motivée par des raisons pratiques; elle est totalement compulsive et imparable, comme un cordon ombilical fantôme. Tapez «peur d'être» sur Google et le moteur de recherche complète automatiquement votre entrée par «peur d'être seul».

Entre-temps, tapez «peur de ne pas avoir» et vous obtiendrez automatiquement «peur de ne pas avoir de cellulaire». Nombreux sont ceux qui déplorent la mode du FOMO (*fear of missing out*, la peur de manquer quelque chose) mais, à mon avis, cette phrase ne rend pas bien la profondeur de ce phénomène. Quand je sors faire une promenade sans mon cellulaire pendant une ou deux heures, ce n'est pas la peur de manquer une quelconque nouvelle qui me rend nerveux, c'est la peur de me manquer *moi-même*. Comme un amant qui ne peut se voir qu'à travers l'attention bienveillante de l'être aimé, sans le regard des autres, je me sens constamment en danger de disparaître.

Cette dépendance sociale par téléphones interposés stimule la libération de dopamine dans le cerveau, ce qui active le circuit du plaisir et de la récompense[c]. À ce sujet, la psychologue Elizabeth Waterman, spécialiste de ce genre de dépendances, m'a dit: «Nous avons tout simplement été conçus pour partager; il en va de notre survie.» Et plus nous partageons, mieux nous nous sentons – du moins à court terme. «Le circuit cérébral de la récompense s'illumine quand nous savons que notre message a été partagé par un très grand nombre de personnes par opposition à un cercle restreint.» Le primate se gonfle la poitrine quand il veut s'adresser à son groupe tout entier. Qui n'a jamais ressenti l'agréable montée de dopamine qui nous envahit quand une de nos remarques volontairement «cavalières» a été retweetée un très grand nombre de fois?

Fait intéressant, nos désirs numériques portent exclusivement sur des sites sociaux. Selon M^me^ Waterman, ce sont surtout des applications de médias sociaux, textos, Instagram, Pinterest, etc., qui posent des risques de développer une dépendance.

En revanche, il n'y a pratiquement aucun risque de développer une dépendance à des sites non sociaux, comme les actualités, la météo ou les résultats sportifs. «C'est le partage lui-même qui cause l'accoutumance.» La remarque de Waterman explique la vague anxiété qui m'envahit quand je consulte mon téléphone, une anxiété que je vois aussi reflétée chez les autres. C'est le besoin adolescent d'être indispensable, connecté et aimé – et, oui, «épouillé» – qui s'incarne dans ce petit totem lumineux, cette énigme insondable. Si petit dans la main, il laisse présager de grands bouleversements, en particulier sur le plan économique.

Ceux d'entre nous qui sont nés au XX^e^ siècle ont grandi dans une économie de l'énergie et de la finance. Or, un nouveau joueur a fait son apparition dans la dernière décennie: la plateforme. Et les sociétés «plateformes» sont, avant tout, sociales. Autrefois, les entreprises de type «oléoduc» produisaient des biens qu'elles vendaient *(Vous voulez des Nike? Voilà des Nike)*; aujourd'hui, une société de type plateforme (comme Uber ou YouTube) offre simplement les installations et vous invite, vous, l'utilisateur, à faire tout le boulot. *Vous* conduisez la voiture, *vous* tournez la vidéo – et la plateforme prend un pourcentage. De nombreuses plateformes

ne paient pas un sou pour ce travail, car la joie de partager, nous assurent-elles, constitue une récompense en soi. Cet arrangement est extrêmement avantageux pour les propriétaires de ce type d'entreprises; leurs frais généraux sont très bas. Par exemple, quand Instagram a été vendu à Facebook pour un milliard de dollars en 2012, l'entreprise ne comptait que 13 employés. Sa valeur a été créée, gratuitement, par ses innombrables utilisateurs – un public reconnaissant et travailleur. Au moment d'écrire ces lignes, plus d'un milliard d'utilisateurs téléchargent plus de 400 vidéos sur YouTube *chaque minute*. Rémunérer ce genre de travail rendrait une plateforme comme YouTube intenable; réussir à faire travailler gratuitement ses utilisateurs en fait une mine de platine.

Ce sont aussi les plateformes qui ont produit la joliment nommée «économie du partage»: on peut louer l'appartement d'un inconnu par l'intermédiaire d'Airbnb; on peut emprunter les outils de quelqu'un d'autre par l'intermédiaire de SnapGoods, on peut partager sa voiture en la mettant à louer sur Turo. À première vue, cela semble utopique. Vraiment convivial! Il ne nous manquait que le moyen de partager! (Peu importe que cette économie fonctionne en dehors des structures de taxation et que la société dans son ensemble ne bénéficie pas du «partage».) Or, des fissures sont vite apparues dans le modèle. Par exemple, l'économie du partage entraîne aussi l'existence d'une application comme MonkeyParking qui, en 2014, a permis à des gens de vendre au plus offrant des places de stationnement au centre-ville de San Francisco – avant que le contentieux de la ville n'intervienne pour interdire ce système par lequel les riches peuvent stationner où bon leur semble, tandis que les moins nantis sont refoulés[10].

Simultanément, une nouvelle classe a émergé, le «précariat» (une contraction de *précaire* et de *prolétariat*), qui se caractérise par une vie professionnelle instable et mal rémunérée. D'ici 2020, la moitié des travailleurs américains devraient être des pigistes[11]. Un nombre grandissant d'entre eux ne seront que des pions dans l'économie de plateforme, confinés à une série infinie de petits contrats chez des émules d'Uber ou de TaskRabbit, ou, qui sait, dans des entreprises moins prestigieuses pour faire de l'entrée de données ou errer sur LinkedIn, comme moteurs de recherche humains. Ces travailleurs ne sont liés à leurs employeurs que de manière immatérielle; ils sont anonymes et sont privés des avantages sociaux (assurance maladie, régime de retraite et autres) que les générations

précédentes tenaient pour acquis. La liberté associée au travail autonome – la vie insouciante promise par les tenants du *coworking* – est un concept creux si on doit se battre constamment pour joindre les deux bouts.

J'ai discuté de ces changements avec Marshall Van Alstyne, un professeur à l'université de Boston et au MIT, qui se spécialise dans les entreprises numériques. «À l'heure actuelle, environ 13 des plus grandes entreprises sont des plateformes, m'a-t-il dit. Il s'agit d'un changement beaucoup plus spectaculaire que la plupart des gens ne veulent le reconnaître.» En fait, Van Alstyne estime que le bouleversement que nous vivons ressemble à celui du début du siècle dernier: la Révolution industrielle. «À cette époque, explique-t-il, d'énormes projets d'immobilisation ont été réalisés, dans le fer, le pétrole, le cuivre. Aujourd'hui, on ne cherche plus d'économies d'échelle dans l'approvisionnement, mais dans la *demande*. Ce sont les utilisateurs eux-mêmes qui créent la valeur.» Van Alstyne est d'avis qu'au cours de la prochaine décennie, les plateformes deviendront les entreprises dominantes de l'économie.

Il croit en outre que l'approche organisationnelle des plateformes s'étendra bien au-delà des entreprises et façonnera des villes entières et des gouvernements. (Ses collègues du MIT travaillent déjà avec les gouvernements de Singapour, Londres, Copenhague et Seattle, qui sont toutes des collectivités aspirant à devenir entièrement «intelligentes».) Comme les plateformes qui comptent sur leurs utilisateurs pour faire tourner leurs boîtes, les villes «plateformes» seront de vastes aménagements urbains qui dépendront de données fournies par des foules de citoyens pour optimiser la prestation de services, comme le transport, la police, le commerce au détail, le tourisme et plus encore. Le comportement des citoyens sera transformé en données qui seront dispersées par leurs applications et leurs tableaux de bord, avant d'être transmises (vraisemblablement) à des détaillants, aux gouvernements et aux citoyens eux-mêmes. Imaginez, par exemple, le «traitement intelligent des eaux usées»: le MIT's Senseable City Lab travaille actuellement au développement d'une plateforme de données ouvertes qui surveillerait les déchets humains en temps réel, permettant la mise en œuvre de nouvelles approches épidémiologiques dans les villes. (La possession de données instantanées sur l'éclosion de maladies constitue un avantage évident.) Les mouvements de foule, les déplacements des taxis, des passagers aériens et

des conteneurs d’expédition pourraient aussi devenir accessibles, permettant à la ville de réagir à ses propres données[12].

Si le concept de ville intelligente paraît optimiste, je me demande si sa mise en œuvre ne viendra pas altérer une qualité essentielle de la vie urbaine. En effet, combien d’entre nous sont venus vivre en ville pour y trouver un certain anonymat, pour ne pas être comptabilisés, pour cheminer en solo au sein d’une foule désorganisée – et ainsi se trouver *eux-mêmes*, échapper à un trop-plein d’information à leur sujet?

La vision d’une ville intelligente – synchronisée, sociale et fluide – semble à la fois utopique et orwellienne. C’est une vision de l’avenir où la politique, l’économie et la culture courberont l’échine devant le désir primal de nous connecter à chaque occasion. Entre-temps, si je souhaite avoir un moment tout seul, si je m’éloigne sans permission de l’immense foule qui me porte, on me croit disparu. Même quand j’ai commencé la rédaction du présent ouvrage, on m’a reproché de saisir le moindre prétexte pour ne pas communiquer. Je prenais une journée pour répondre à un texto ou je refusais une invitation sans explication: «Pas de raison en particulier, j’ai juste envie de rester à la maison.» Les gens *détestaient* ça. Un ami m’a demandé ce qu’il avait fait pour que je me désintéresse de nos soirées au pub, tandis qu’un autre a piqué une colère quand je n’ai pas répondu à l’annonce de son mariage sur sa page Facebook. (Je n’étais plus sur Facebook depuis sept ans, mais ça ne comptait pas: il s’attendait quand même à ce que je le suive.) Il m’a donc fallu surmonter *leur* réticence autant que la mienne. La solitude est un réel tabou.

Or, les tabous sont faits pour être transgressés. Nous avons des occasions de nous exercer à la solitude chaque jour, à tout moment de la journée. Faites une balade en voiture. Asseyez-vous sur le gazon. Rangez votre téléphone dans un tiroir. Quand on cherche un peu, on se rend compte que la solitude n’est jamais loin de la surface des choses. Au début, je pensais que la solitude était un art perdu. Je sais maintenant que c’est là une trop jolie formulation, une métaphore trop douce.

La solitude est devenue une ressource.

Comme toute ressource, elle peut être récoltée et thésaurisée, accaparée, sans permission ni enquête, par des forces toutes-puissantes, et transformée en capital privé, jusqu’à ce que les champs d’espace vide que nous tenions

pour acquis commencent d'abord à rapetisser avant de disparaître. À la fin, on perd la capacité à développer une vie intérieure riche comme celle de la D^re^ Bone.

Il y a certains avantages à protéger cette ressource, tout comme il y en a à protéger les océans et les forêts. Mais pour vouloir protéger notre solitude, il faut d'abord être conscient qu'elle a une valeur.

La vraie solitude (par opposition à l'esseulement mal vécu) est un état fertile mais difficile d'accès. Pourtant, quand on lui fait une petite place dans notre vie, on découvre qu'il se passe des choses essentielles dans cet espace vide entre les flashs et l'agitation de notre vie sociale. En poursuivant mes recherches, je me suis rappelé que j'avais déjà su vivre une heure à la fois dans une sorte de certitude et de détachement paisibles.

---

a Entre *n* nodes, il y a (*n*-1)*n*/2 connexions.

b Cette distinction est évidemment une sorte de mensonge. Nous *percevons* une différence entre le monde analogique bien concret et le monde nuagique, mais les objets en ligne existent quelque part – dans des serveurs matériels énergivores.

c L'ADN même d'Internet semble être une longue extension de nos instincts sociaux – une enfilade de 1 et de 0 électriques. Le précurseur d'Internet, ARPANET, a été construit par des scientifiques qui croyaient que le partage d'information serait une avancée majeure, un deuxième siècle des Lumières. Le projet était financé par le Congrès des États-Unis qui y voyait une nécessité militaire (on ne peut pas anéantir un système de communication dispersé avec une seule bombe), mais les scientifiques qui y travaillaient avaient une philosophie moins extrémiste – ils préconisaient un échange d'information ouvert et la décentralisation de l'autorité. En fait, c'était une éthique qu'ils avaient héritée du premier siècle des Lumières. Et ils ont toujours été convaincus que la conversation (et non le contenu) en serait l'élément le plus important. «Sur Internet, écrit Cory Doctorow, l'éditeur de *Boing*, chaque médium est principalement un médium de conversation et secondairement un forum spécialisé à d'autres fins.» En d'autres termes, quoi que nous fassions, nous le partageons.

2
À quoi sert la solitude?

J’ai été choqué lorsque mon frère aîné, en visite chez nous, a laissé son petit garçon ramper hors de notre vue. Incapable de me concentrer sur la conversation, j’étais convaincu que Levi était en train de grignoter un fil électrique dénudé ou de se rouler dans des éclats de verre. Je n’arrivais pas à supporter qu’il puisse rester une seule minute sans surveillance. Et, dans mon état anxieux, j’étais bien accompagné. On nous raconte en effet que Dieu, le parent originel, était rongé d’inquiétude après avoir laissé Adam tout seul dans le Jardin d’Eden: «Il n’est pas bon que l’homme soit seul», a-t-il entonné. C’est une inquiétude qui consume le néophyte.

Des études portant sur les animaux montrent toutefois que les parents laissent délibérément leurs petits seuls pour qu’ils fassent l’apprentissage de la vie. En revanche, le parent humain nerveux n’accorde jamais à son enfant le moindre répit. Dès qu’un bébé se tourne et lève le regard, sa mère agite une toupie ou un miroir devant ses yeux, l’empêchant de décider lui-même s’il a envie de stimuli ou de sociabilité[a].

Nombreux sont ceux qui pensent que seul le contact avec les autres peut faire naître des pensées et des sentiments chez l’enfant. Or, la célèbre psychologue Ester Buchholz a fait remarquer que, lorsqu’il vient au monde, le nouveau-né est davantage tourné vers l’intérieur que vers l’extérieur. De fait, avec l’avènement de la photographie intra-utérine, on a appris qu’un fœtus de 14 semaines sait déjà satisfaire ses envies tout seul, en suçant son pouce, bien avant d’avoir été exposé à un sein.

Nous ne sommes pas que des animaux sociaux préfabriqués; les personnes qui nous ont élevés ont travaillé très fort pour nous «civiliser», c’est-à-dire nous rendre plus sociables que nous ne le serions naturellement. «Nous naissons, insiste Buchholz, prêts à faire des choses par nous-mêmes et à entrer en communication avec les autres. Les deux besoins – être seul et

être en société – sont essentiels.» Sans la solitude, l'enfant ne réussit pas à devenir autonome et «on peut difficilement nier que nombre de nos maladies sociales et psychologiques sont des dérèglements de l'autonomie[13]».

Même à l'âge adulte, se désole Buchholz, la société supporte difficilement que l'on reste célibataire. «Tout nous incite en tout temps à privilégier les relations humaines. Si vous y résistez, on vous traitera d'asocial ou de fou.» Elle a été étonnée de constater que très peu de gens savent que la déconnexion est aussi essentielle que la connexion à notre bonheur et à notre survie[14].

Aujourd'hui, nous remplissons nos vies de compagnie numérique, en plus de celle en chair et en os, au point où un seul «contact» additionnel crée une étrange solitude, une indigestion de compagnie. Nous nous livrons à du «toilettage» social et en recevons en retour, mais le plaisir décroît avec l'usage et, malgré l'abondance du carburant social, nous demeurons insatisfaits. Citons Thoreau: «Nous nous rencontrons aux repas trois fois par jour, pour nous donner réciproquement à regoûter de ce vieux fromage moisi que nous sommes[15].» De mon point de vue, trois contacts par jour sont l'équivalent d'une retraite bouddhiste. Mes relations avec ma famille et mes amis ont gonflé au point de devenir beaucoup plus pernicieuses: nous sommes devenus excessivement et nerveusement conscients les uns des autres. Nous adoptons cette fausse plénitude parce qu'elle est plus facile et plus rassurante à vivre que la riche rareté à laquelle nous avons renoncé.

Nous l'acceptons parce que nous pensons que la camaraderie peut soulager l'isolement – que le grand trou noir au centre de nous pourra être comblé en y accumulant suffisamment d'échanges sociaux sirupeux. Or, la camaraderie n'a jamais été une solution de rechange à la solitude. L'alternative est soit la solitude, soit l'esseulement.

L'esseulement est de plus en plus répandu. Parmi les Américains de 50 ans et plus, les gens qui se sentent seuls comptaient pour 14 pour cent de la population dans les années 1970, un taux qui atteint plus de 40 pour cent aujourd'hui[16]. Dès 2004, la National Science Foundation a confirmé dans son sondage national général que le nombre d'Américains qui disaient souffrir de solitude explosait. Plus d'un quart des 1 500 personnes interviewées ont affirmé n'avoir personne à qui confier leurs joies et leurs

peines (ce nombre est trois fois plus élevé que lors du sondage de 1984)[17]. Entre-temps, dans un ouvrage intitulé *The Insecure American*, les éditeurs Hugh Gusterson et Catherine Besteman peignent le portrait d'un peuple terrifié face à «l'autre», qui se retranche dans des communautés sécurisées où règne une obsession paranoïaque des terroristes et des étrangers voleurs d'emplois. C'est le monde que Robert Putnam décrit dans *Bowling Alone*: «Au cours des deux dernières générations, les nombreux changements technologiques, économiques et sociaux ont entraîné l'effondrement du tissu social américain[18].» Le *New York Times* soutenait déjà en 2013 qu'un plus grand nombre d'Américains mouraient en raison de la faiblesse de leurs liens sociaux (menant au suicide) que dans des accidents de la route[19]. Et cela, malgré la multiplication débridée des «connexions» assistées par la technologie. On ne s'étonnera donc pas qu'une étude menée par une équipe de l'Oregon Health and Science University sur un échantillon de 11 000 sujets adultes entre 2004 et 2010 ait conclu que les communications téléphoniques ont peu d'incidence sur les risques de dépression. Qu'en est-il des courriels et des textos? Ils n'en ont absolument aucune[20]. Est-ce à dire qu'être devenus les humains les plus connectés de l'histoire ne nous protège pas de l'isolement?

En général, le remède à l'esseulement consiste à multiplier les contacts, mais on peut aussi choisir d'assumer sa solitude. Les moments de solitude sont inévitables, alors pourquoi ne pas en profiter? Si nous n'y sommes pas arrivés, c'est peut-être parce que nous n'en voyions pas l'intérêt, la valeur. Alors: à *quoi* sert la solitude?

La première grande utilité de la solitude a été décrite en détail pour la première fois par le psychiatre Anthony Storr en réaction à la culture des années 1980 dans laquelle «le téléphone constitue une menace constante pour la vie privée» et «la musique de fond est en train d'envahir les commerces, les hôtels, les avions et même les ascenseurs[21]». Depuis, au cours des relativement paisibles années 1980, Storr a vu se remplir les plus petits moments de tranquillité de sa vie. Une musique de fond omniprésente était aussi stressante pour l'esprit solitaire de Storr qu'un Androïde bourdonnant de messages d'alerte pour vous et moi. Chaque génération a ses propres attentes au sujet de la solitude – et chaque génération se sent

tour à tour agressée. Dans les années 1930, un quotidien aussi courtois que le *New York Times* déclarait être dégoûté par la «terrible intimité» que permettait la popularité grandissante de la radio et de la télévision entre des «classes» très différentes[22].

Si on fait abstraction de l'esprit moralisateur de son temps, que redoutait vraiment Storr? Quelle grande chose la présence ininterrompue des médias et de la voix évacuait-elle de la vie moderne? Pour lui, le plus grand bienfait de la solitude est qu'elle favorise l'émergence de nouvelles idées. Penseur très respecté de son époque, Storr analysait la vie des grands artistes (Beethoven, Dostoïevski, Kafka, Sexton, et ainsi de suite) du point de vue psychiatrique. Et il a découvert que l'éclair de génie (ou illumination) ne survient pas autour d'une table dans une salle de conférences. Pourquoi le bouddha méditait-il sous un arbre? Pourquoi Jésus a-t-il passé 40 jours dans le désert? Pourquoi Mohammed se retirait-il pendant le mois du ramadan? Pourquoi les rites de passage à l'âge adulte d'un si grand nombre de cultures comportent-ils une quête solitaire? La solitude fait partie intégrante des récits que nous nous racontons sur l'illumination.

Storr explique qu'une retraite solitaire a toujours été nécessaire pour que jaillissent de nouvelles idées. À l'âge adulte, «pratiquement tous les créatifs en tous genres évitent les autres, et cherchent des moments de solitude[23]». Ce n'est pas par accident que sont apparus les clichés du peintre enfermé dans son studio, de l'écrivain dans sa cabane, du scientifique dans son laboratoire la nuit. La théorie de Storr a été corroborée en 1994 lorsque le psychologue Mihaly Csikszentmihalyi (à l'origine du concept de «flux» dans le travail) a montré que les adolescents qui ne supportent pas d'être seuls sont moins créatifs[24]. Ce n'est que dans la solitude que ces jeunes peuvent adopter certaines habitudes créatives, par exemple tenir un journal, gribouiller, être dans la lune, qui mènent à des découvertes originales.

Nos plus grands penseurs recherchent la solitude parce que, comme le note Storr, «les idées sont des plantes fragiles qui se fanent lorsqu'on les expose prématurément aux regards[25]». Les enfants aussi cachent les cartes d'anniversaire ou autres créations qu'ils fabriquent du regard trop curieux des membres de leur famille: «J'ai pas fini!» En société, lors de dîners par

exemple, les adultes aussi s'irritent de voir leurs idées spontanées être reprises et mal interprétées par l'esprit prédateur des autres.

Les idées originales ne sont qu'un des avantages de la solitude. La connaissance de soi – ou même l'autothérapie – en est un autre. On utilisait autrefois le mot *retraite* pour parler d'un éloignement bénéfique, dans un spa ou un endroit de villégiature par exemple. Malheureusement, les professionnels de la santé contemporains semblent avoir oublié les bienfaits de la solitude pour traiter leurs patients en détresse: tous privilégient les thérapies de groupe, la thérapie verbale ou thérapie par la parole et tous les moyens possibles d'occuper socialement les personnes atteintes de troubles mentaux. Si cette approche est indiquée pour la schizophrénie, d'autres pathologies répondent moins bien à la socialisation. Nous sommes effectivement nombreux à avoir désespérément besoin de nous isoler. Le retrait de la société de tous les jours, dit Storr, «encourage la compréhension de soi et le contact avec les profondeurs intérieures de notre être, qui nous échappent dans le tohu-bohu de la vie de tous les jours[26]». Depuis, les travaux de Storr ont été corroborés par la publication d'importantes recherches qui montrent que la solitude développe l'indépendance d'esprit et qu'elle nous libère en minimisant la conscience de soi (qui surgit inévitablement en présence des autres[27]). Peut-être le savons-nous intuitivement, mais des chercheurs – notamment Reed W. Larson – l'ont confirmé. Quand des groupes de sujets d'étude ont été contactés au hasard sur une période de plusieurs jours pour connaître leur état, la majorité d'entre eux ont répondu qu'ils recherchent la solitude quand ils ont besoin d'avoir le champ libre pour penser et pour agir.

Et pourtant, être confronté à soi-même, sans fard, peut représenter un défi intimidant. Larson écrit: «Pour tirer profit des avantages que procure la solitude, on doit être capable de transformer une crainte fondamentale en un état productif[28].» Le stress nerveux que cause cette expérience peut prendre des proportions existentielles. L'humoriste Louis C.K., évoquant le besoin de vérifier constamment son téléphone cellulaire quand on est seul en voiture, décrit bien cette volonté d'échapper à soi-même. Il a même fait preuve d'une certaine poésie lors de son passage à l'émission *Late Night with Conan O'Brien*:

> Sous la surface de toute chose dans la vie, il y a ce vide – éternellement vide. La conscience que rien de tout cela n'a de sens et que, au fond, on est seul. C'est là. Parfois, quand on a oublié ses soucis et qu'on est distrait et seul dans sa voiture, cette conscience remonte à la surface, «Oh là là, je suis seul!», on ressent à nouveau ce vide et cette même tristesse. La vie est incroyablement triste, le seul fait d'être en vie… C'est pourquoi les gens écrivent des textos en conduisant… Ils sont prêts à prendre le risque de faucher une vie et de ruiner la leur pour ne pas être seuls une seconde, parce que c'est trop dur[29].

Des études ont montré que nos facultés sont affaiblies pendant 15 secondes après que nous avons écrit un texto au volant[30] – mais cette «errance mortelle» (dit Matt Richtel) est peu de chose pour une personne fuyant sa propre solitude.

Le soi nu est donc un croquemitaine. Cependant, l'affronter peut être une expérience prodigieuse. Pour Jung, c'est la réalisation de ce qu'il a appelé l'«individuation», c'est-à-dire le processus par lequel un être devient autonome et indivisible, indépendant de son espèce. Comme il le disait: «un être distinct de la psychologie collective[31]» aura «une vie psychologique consciente plus riche[32]»; un véritable individu a accès à la «conscience de soi ou réalisation de soi[33]». En d'autres termes, la solitude nous libère de l'esprit de ruche; elle nous rappelle que le soi n'est pas un monstre, après tout.

À ces bienfaits – idées originales et connaissance de soi – s'ajoute un dernier avantage: la création de liens affectifs avec les autres. À première vue, cela peut sembler paradoxal: comment la solitude peut-elle améliorer nos relations avec les autres alors que le désengagement est l'expérience même de la solitude? Examinons cela plus en détail. Le désengagement social n'empêche pas d'autres types d'engagement. Rester en retrait ne signifie pas que l'on renonce à ce qu'on appelle l'«engagement indirect ou de substitution[34]». Retirez-vous à l'écart pendant une fête et vous aurez peut-être les idées plus claires au sujet du charmant jeune homme que vous venez d'y rencontrer. Dites au revoir à votre mère et vous passerez les cinq minutes suivantes à apprécier ses attentions[b].

En outre, une personne qui sait vivre correctement la solitude n'est jamais complètement seule. Nous portons tous en nous le réconfort d'avoir connu des êtres que nous avons aimés et qui nous l'ont rendu. Sans ces

souvenirs, la solitude nous serait insupportable. Le psychanalyste anglais Donald Winnicott a écrit en 1958 que les individus sains ne souffrent pas de solitude et d'anxiété, car ils se connectent inconsciemment à l'attention affectueuse qu'ils ont reçue de leurs parents pendant l'enfance. «L'origine de la capacité à être seul, écrit Winnicott, est un paradoxe.» L'enfant comprend que sa mère (ou mère de substitution) est disponible sans être immédiatement en relation. «Un enfant qui n'a pas été suffisamment exposé à cette expérience, dit-il, ne peut pas développer la capacité à être seul[35].» Il a remarqué chez les bébés en santé un état qu'il a appelé «*going-on-being*» (continuer à exister), où ils n'ont pas besoin de l'attention de leur mère, pourtant présente – un état dans lequel un sens de soi commence à se cristallliser[36].

Cela peut aussi se produire plus tard dans la vie. Les patients en analyse doivent parfois apprendre à être seuls en présence d'un intervenant. Ils font alors une «séance silencieuse» au cours de laquelle ils s'étendent sur le canapé, mais ne disent rien à leur analyste. (Des symposiums entiers ont été organisés sur la signification des silences entre patients et analystes.) La capacité à être seul ne signifie pas refuser d'entrer en relation avec les autres. Au contraire, c'est l'affirmation de nos liens dans ce qu'ils ont de plus essentiel[c]. Être heureux quand on est seul atteste de notre foi en l'amour des autres. Mon frère avait tout à fait raison de laisser Levi tranquille.

Chaque fois que nous écrivons une lettre ou évoquons un ami pendant une promenade solitaire, nous réaffirmons ces liens. Nous prouvons notre foi en les autres – la prouvons et, ainsi, la renforçons – quand nous acceptons calmement d'être séparés.

J'ai récemment fait une promenade en compagnie d'un ancien petit ami dans le verdoyant quartier West End de Vancouver; il venait de rentrer d'un séjour de travail d'un an en Chine. (Le grand pare-feu de la Chine avait rendu l'accès à Facebook, Twitter et Instagram pratiquement impossible.) Se tournant vers moi sur le trottoir, il m'a dit: «C'est bizarre, non. Il a fallu que je vive dans une ville aussi populeuse que Shanghai pour trouver le silence mental que je désirais tant. Cela m'est très utile depuis que je suis de retour. Je peux distinguer mes vrais amis des autres, car je ne suis pas anxieux quand nous sommes séparés. Je sais que nous nous reverrons et

reprendrons là où nous en étions.» Et c'est ce qui est arrivé. Cela rejoint tout à fait les propos de Winnicott: seule une personne qui a peur d'être abandonnée ressent un malaise lors de séparations périodiques.

Résumons. Voici donc les usages de la solitude: idées nouvelles; compréhension de soi; rapprochement avec autrui. Pris ensemble, ces trois ingrédients permettent de créer une riche vie intérieure. Il s'avère donc que la solitude n'a jamais eu pour utilité d'échapper aux autres: elle est plutôt une ressource – une niche écologique – dans laquelle on peut récolter ces bienfaits. C'est pourquoi il faut s'inquiéter lorsque cette ressource est menacée.

«J'aime à être seul, dit Thoreau. Je n'ai jamais trouvé de compagnon aussi compagnon que la solitude[37].» Cette citation est tirée de *Walden*, publié en 1854. Quel changement depuis! La société a évolué irrévocablement vers la communication sociale permanente! *Walden* est le chant du cygne de l'antique jouissance de la solitude avec un grand S (pour Thoreau, même le sifflet du train dans le lointain était une intolérable intrusion dans sa quiétude, une notion qui semble bien naïve aujourd'hui). Le télégraphe à images, précurseur de la télévision, fut inventé dès l'année suivante; le câble télégraphique transatlantique fut déployé au cours de la décennie suivante; et le téléphone environ 20 ans plus tard. En un rien de temps, l'idée que se faisait Thoreau de la solitude fit un dernier tour de piste et tomba dans l'oubli; car elle avait, en quelque sorte, disparu. La foule avançait inexorablement et, comme un gigantesque aimant, attirait de plus en plus de gens dans sa masse. C'est pour accommoder cette masse que notre solitude a été amputée.

Pour tout dire, quand j'ai commencé à rédiger le présent ouvrage, je redoutais le temps que je devrais passer seul pour le faire. Les interminables mois à lire et à prendre des notes, les yeux fatigués regardant fixement par la fenêtre, les heures vides allongé sur le canapé. Écrire un livre est l'une des activités les plus solitaires qu'on puisse choisir. Chaque matin, on se sert un café, on louche vers l'écran blanc éblouissant et on lutte avec un serrement au cœur contre le sentiment d'avoir disparu de la surface de la

terre… On se tortille dans son fauteuil, en se demandant à qui on pourrait téléphoner ou envoyer un courriel. Puis vient le moment du nécessaire déni. Quand on écrit, on divorce du monde pour en épouser temporairement *l'idée*. J'ai mis des semaines, des mois même, à commencer à changer d'attitude. Quand j'ai discuté avec des spécialistes des méthodes insidieuses que les nouvelles technologies emploient pour nous apprendre à craindre notre solitude, je me suis rendu compte que j'en avais assez de me fuir moi-même; j'ai aussi pris conscience que j'étais en colère parce qu'une partie de ma vie m'avait été dérobée. Je me suis donc mis à la recherche de ces fragments de solitude perdus dans tous les recoins de ma vie. Ils m'attendaient dans le métro, dans mes grasses matinées et sur le trajet pour me rendre à l'épicerie. Des moments de solitude ont commencé à émerger d'un peu partout, comme si un sac rempli de bijoux s'était déchiré et avait répandu son précieux contenu dans l'herbe haute. Et je n'étais pas le seul dans cette position: certains de mes amis en avaient tellement assez de leur vie hypersociale qu'ils étaient en train de décrocher eux aussi; et aucun ne se sentait *seul*. Peu à peu, nous étions en train de reprendre possession de notre solitude.

Il y a toutefois un hic: les forêts et les océans sont des richesses collectives protégées par les gouvernements et diverses agences, mais l'expérience de la solitude, elle, est personnelle par définition, et le combat pour la préserver doit venir en grande partie de soi. Il ne suffit plus de reconnaître les bienfaits qu'il y a à être débranché; il faut repousser activement nos innombrables amis virtuels insistants et omniprésents, ainsi que les forces qui empiètent sur les frontières de notre solitude, sinon nous devrons leur abandonner une grande partie de notre paysage mental. Les chapitres qui suivent visent à identifier les territoires où la solitude pourrait s'épanouir. Ils cartographient de grands espaces ouverts qu'il vaudrait la peine de protéger.

---

a Paradoxalement, une telle surabondance de «toilettage» social peut mener à une profonde solitude plus tard dans la vie, lorsque le niveau d'attention baisse et que l'enfant devenu adulte souffre de ce que le psychanalyste Gregory Zilboorg appelle la «désolation égoïste».

b Au début, je me suis demandé si un message texte pouvait compter comme engagement indirect, mais je ne le pense pas… Les messages texte, malgré l'absence de l'interlocuteur, sont des engagements directs. Par contre, le souvenir d'un être cher demeure indirect parce qu'il appartient exclusivement à la personne seule et n'est ressenti que par elle; l'expérience doit être indépendante.

c Dans *Going Solo*, Eric Klinenberg soutient que notre capacité à être heureux quand nous sommes seuls est, en fait, un signe de l'existence de liens sociaux *forts*, plutôt que le contraire. Il note, par exemple, que les pays où il y a le plus de gens qui vivent seuls – Suède, Norvège, Finlande et Danemark – sont tous des pays réputés pour leur esprit communautaire.

DEUXIÈME PARTIE

Coup de tonnerre

On peut être instruit dans la société, on s’inspire uniquement dans la solitude.

—JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

3
L’esprit vagabond

«Je suis désolé, Julie, mais c’est un fait: les gens sont *terrifiés* d’être dans leur tête. J’ai lu une étude dans laquelle les sujets choisissaient de se donner des *chocs électriques* plutôt que d’être seuls avec leurs pensées.»

Nous sommes à l’été 2015 et les fleurs foisonnent sur les terrains de l’université de la Colombie-Britannique à demi désertés. Julie, une vieille amie que j’ai croisée sur le campus, me regarde d’un air sceptique et affirme qu’elle est parfaitement capable d’être seule avec ses pensées. Pour le démontrer, elle quitte la roseraie en quête de caféine. Je lance des regards noirs aux plantes.

Je parle d’une vraie étude. Elle a été publiée dans *Science* en 2014 par le professeur Timothy D. Wilson de l’université de Virginie et son équipe[38]. Leur recherche a montré que la plupart des gens, quand ils sont seuls, commencent à se sentir mal à l’aise après 6 à 15 minutes. Les sujets de l’étude préféraient se donner des chocs, malgré la douleur, parce que rien, *absolument rien*, ne leur est aussi insupportable que l’état dans lequel leur cerveau se met lorsqu’il est laissé à lui-même.

Du moins, c’est ce que nous pensons.

En fait, en l’absence de stimuli externes contrariants (comme les sonneries de téléphone, le papotage), le cerveau se met à rêver éveillé. Je minimise délibérément la chose. *Rêver éveillé*, une expression tellement inoffensive. Pourtant, elle se rapporte à un état que la plupart d’entre nous (à commencer par moi-même) ont appris à chasser comme une mauvaise pensée. Peut-être le refoulons-nous parce qu’on nous a appris que l’oisiveté est la mère de tous les vices. Depuis le Moyen Âge, sinon avant, l’oisiveté a toujours été associée au mal.

Aujourd’hui, les occasions que j’avais de rêvasser, dans le bus, sous la douche ou en promenade, par exemple, suscitent en moi un sentiment de culpabilité et de désespoir muet, et le besoin panique d’empêcher mon esprit de vagabonder trop longtemps tout seul. Je devrais sûrement être en train de faire quelque chose, me dis-je, dresser une liste de livres à lire, calculer (encore une fois) la mise de fonds de notre hypothèque imaginaire. Sont-ce des relents de l’éthique protestante du travail qui me hantent? Samuel Johnson a résumé cette éthique de belle façon en terminant une lettre à James Boswell, à l’automne 1779, avec une devise pour l’ère moderne: «Si vous êtes oisif, ne restez pas solitaire; si vous êtes solitaire, ne restez pas oisif[39].» L’esprit doit être mis à profit.

Je suis venu à l’université de la Colombie-Britannique pour en apprendre davantage sur l’importance de rêver éveillé et sur l’utilité d’une telle démarche. Le campus abrite une institution au titre impressionnant, le Cognitive Neuroscience of Thought Laboratory (laboratoire de neuroscience cognitive de la pensée) qui se spécialise notamment dans les processus mentaux non orientés – jargon professionnel pour dire rêvasser, être dans la lune.

Cette recherche est menée grâce à la collaboration de bénévoles qui se soumettent à des IRM pendant qu’ils s’abandonnent à des rêveries. Le cerveau du jour, appelons-la Haley, arrive. On lui demande immédiatement si son corps contient du métal (les appareils à IRM sont, entre autres, de puissants aimants). Négatif. On lui fournit donc un casque pour masquer le bruit de l’appareil, dont le fonctionnement est assourdissant.

Haley est positionnée sur une couchette coulissante et le technicien installe une «cage» au-dessus de sa tête. (Dans les films sur le cancer, on omet la cage qui cacherait le visage en larmes du comédien.) C’est la cage qui fait le scan; l’énorme tuyau gris dans lequel on glisse le sujet sert uniquement à créer un champ magnétique uniforme; ce sont les déviations du cerveau par rapport à ce champ magnétique que la cage enregistre.

Lorsque le technicien met l’appareil en marche, celui-ci produit un son assourdissant; un effet de marteau-piqueur tellement puissant que Haley dira plus tard avoir ressenti physiquement les ondes sonores. Elle ressent aussi autre chose. Pendant que l’appareil scanne sa tête, elle a une sensation de fourmillement calme dans tout le corps. Cette sensation n’est pas quantifiable mais, à l’instar de nombreux autres sujets de l’étude, Haley se

sentira particulièrement calme après son scan, comme si le champ magnétique avait corrigé de minuscules dérèglements dans son corps. Son esprit finit par s'habituer au bruit et agit comme n'importe quel esprit privé de nouveaux stimuli: il vagabonde. Ces moments de rêverie sont cartographiés et il faudra six heures pour traiter les données recueillies. (Les résultats instantanés des films sur le cancer sont un autre bobard.) Puis, bingo. Le voilà – un scan traversé de fulgurantes traînées lumineuses, le portrait d'un esprit qui vagabonde en bleu électrique et rouge.

En fin de compte, ces images ne nous donnent qu'une notion très approximative de ce qui se passe quand on est dans la lune. Malgré une séance de 90 minutes à 900 $, l'appareil produit un dessin très approximatif de la danse des 86 milliards de neurones. (Si je vous montrais le scan cérébral d'une personne follement amoureuse ou terrifiée, en sauriez-vous davantage sur l'amour ou la peur?) Matt Dixon, un doctorant aux cheveux en bataille, m'explique: «Vous savez, c'est comme si nous obtenions un cliché d'un objet photographié à une très grande distance: il est réel, mais flou. Dans cette image, nous voyons ce qui se passe dans le cerveau toutes les deux secondes. En réalité, le cerveau change à chaque centième de milliseconde. Alors, ouais, c'est une image assez grossière. Elle est valide… mais grossière.»

Nous en obtenons tout de même certains indices révélateurs. Nous savons, par exemple, que lorsque le cerveau cesse de se concentrer sur le monde extérieur tout en demeurant éveillé et alerte (autrement dit, quand il commence à rêvasser), le réseau du mode par défaut ou MPD s'active. Le mode par défaut est tout sauf une expérience comateuse. Une méta-analyse de la recherche sur le MPD menée par Mary Helen Immordino-Yang à l'université de Southern California a montré qu'un type particulier d'activité neurale est supprimé quand notre attention est dirigée sur ce qui nous entoure et réapparaît quand le cerveau se met en mode par défaut. Cette rêverie en MPD traite les souvenirs personnels et contribue à la formation de l'identité[40].

Que sont exactement ces machinations à l'œuvre dans le cerveau «vide»? Il y en a plusieurs. Pour commencer, un sous-système temporel médian transforme les souvenirs en scènes mentales et un sous-système dorsal médian déduit les états mentaux des autres et évalue les siens. De plus, le cortex préfrontal médian antérieur et le cortex cingulaire postérieur

semblent construire l'interprétation personnelle à partir de sources extérieures et intérieures. La première méta-analyse des scans MPD (compilée en 2005) a permis de découvrir que des amas significatifs d'activité cérébrale en dehors du MPD étaient aussi activés[41]. En résumé, la rêverie constitue un ensemble hétérogène et intense de fonctions cérébrales.

Pourtant, le cerveau conscient demeure complètement inconscient de cette activité; de sorte que nos pensées (parfois de très *grandes* pensées) surgissent sans que nous les anticipions ou les comprenions. Elles semblent sortir de nulle part. Ces pensées peuvent être des «fantaisies sans queue ni tête», des «plans complexes» ou une «mine d'idées créatives». Quelle que soit leur utilité, elles arrivent sans avoir été invitées. On pourrait dire qu'elles relèvent d'un processus involontaire, comme les battements du cœur.

Quand l'esprit conscient cède le contrôle, le cerveau demeure extrêmement actif par lui-même, et l'un de ses trucs est de «vider» l'esprit, de chasser l'ego fouineur, le gérant d'estrade excité qu'on appelle le «je». Le cerveau est alors libre de vagabonder, c'est-à-dire de s'adonner à ses activités les plus intenses.

L'étude des pensées spontanées et de la rêverie n'était guère populaire lorsque Kalina Christoff, fondatrice du Laboratoire de l'université de la Colombie-Britannique, était étudiante. Certains de ses pairs n'y croient toujours pas. «Notre culture est très biaisée en faveur du contrôle en toutes choses», me dit-elle.

«Le manque de contrôle est perçu comme une tare. La pensée incontrôlée est suspecte. Comme chacun sait, ce qui est ordonné vient de Dieu et ce qui est instinctif vient du diable. Ce préjugé semble avoir débordé dans les sciences.»

On en revient toujours à l'oisiveté.

Christoff est une femme menue dont le regard calme est assorti à une voix mélodieuse; autant dire qu'elle a dû faire preuve de persuasion. Même pendant ses études de premier cycle, ses intérêts divergeaient de ceux des autres. Alors que ses pairs voulaient étudier la pensée analytique, elle préférait soumettre à l'analyse des «problèmes d'intuition», sans réponses claires, dont les solutions relèvent d'une sorte de révélation. Par exemple, elle donnait à un sujet un tube de verre dans lequel se trouvait une boule de

cire et lui fournissait toutes sortes d'objets pour l'aider à retirer la boule de cire sans casser le tube. Le sujet devait arriver à un «éclair de génie» lui permettant de résoudre le problème en utilisant un trombone ou un morceau de papier de manière inédite. Christoff adorait observer ces épiphanies – sans avoir besoin de machine à IRM. «Ce qui m'impressionnait était l'absence de toute logique traditionnelle dans le processus menant à la découverte des solutions», m'a-t-elle dit. Les rêveries ne consistent pas uniquement à gérer les souvenirs personnels et à acquérir le sens de soi. Elles peuvent aussi nous aider à résoudre des problèmes bien terre à terre.

Nous sommes portés à penser que la résolution de problèmes est la mise en œuvre d'une série d'étapes logiques menant à une réponse prédéterminée et inévitable. Nous affirmons ainsi notre contrôle sur le monde. Christoff a découvert, au contraire, que les sujets résolvaient ses problèmes d'intuition par un processus d'association qui était en fait très poétique. Les solutions auxquelles les participants arrivaient n'auraient jamais pu être déduites par la logique pure. (Les rébus ou devinettes sont des exemples courants de problèmes d'intuition. Exemple: que veut dire «G a»? Réponse: J'ai grand appétit – G grand a petit.) Christoff s'est rendu compte que très peu de gens dans son entourage s'intéressaient à cet espace inexploré de l'ingéniosité humaine. «C'était un territoire vierge.»

Après un doctorat à Stanford et des recherches postdoctorales à Cambridge, Christoff travaille maintenant à l'Université de la Colombie-Britannique, où elle a fondé son propre laboratoire. Lorsque les premières données sur les scans cérébraux sont arrivées, elle a imaginé l'esprit comme une sorte de système musculaire basé sur des forces opposées. Pour plier le bras, par exemple, il faut fléchir un muscle et en relâcher un autre, et vice versa pour l'allonger. La nouvelle vision que propose Christoff est celle d'un esprit équilibré qui dépend de l'interaction entre la concentration et le flux de conscience. En abusant de l'un ou de l'autre, on compromet le fonctionnement de l'ensemble. «Dans notre culture, on nous encourage toujours à pratiquer la concentration, dit-elle, au détriment du vaste éventail de modes de pensée qui peuplent notre solitude.»

Quand on passe suffisamment de temps seul, l'esprit se met en mode par défaut et envisage des liens qui, à première vue, semblent totalement aléatoires. Il explore les problèmes avec une curiosité et une ouverture qu'il n'aurait peut-être jamais consciemment. Or, ce processus aléatoire est

crucial. «La puissance de l'esprit qui vagabonde, dit Christoff, est précisément l'absence de toute censure. Il fait des liens qu'il ne ferait pas autrement.»

La rêverie est un processus intrinsèquement créatif, dit-elle, parce que le rêveur est ouvert à l'inusité. Ce travail cérébral solitaire produit des intuitions et des façons de faire inédites dans la culture ambiante. À l'inverse, la pensée analytique et la pensée logique reposent en grande partie sur l'exclusion et la critique des idées, qui permettent au cerveau d'agir comme un laser doté d'une précision chirurgicale. Le style de pensée analytique et consciente que nos écoles nous apprennent à utiliser nous porte à taire les idées farfelues ou marginales auxquelles un esprit rêveur serait ouvert. «La pensée analytique est idéale pour peser les différentes options de solution à un problème bien défini», dit Christoff. Mais ce pouvoir est aussi sa faiblesse, ajoute-t-elle. «La pensée analytique est l'antithèse de l'inspiration.»

On sait qu'Albert Einstein connaissait bien cette séparation des devoirs dans l'esprit. Bob Samples la décrit comme suit: «L'esprit intuitif est un don sacré et l'esprit rationnel un fidèle serviteur. Nous avons créé une société qui honore le serviteur et a oublié le don[42].» Pour Einstein, la capacité de l'esprit rêveur à faire des liens est le seul chemin vers des idées nouvelles. Il existe une sorte de chaîne d'assemblage qui commence par la connaissance et la conversation, suivies d'une période de silence et de rêverie. Les deux extrémités de la chaîne sont nécessaires à la production du produit crucial – l'intuition.

Isaac Newton a fait ses recherches dans un isolement presque complet. Il a eu une enfance solitaire, suivie d'une période désabusée à Cambridge, où l'absurde physique aristotélicienne était toujours enseignée. En 1665, la peste qui frappe Cambridge – peut-être le seul élément positif de ce séjour désastreux – force Newton à se retirer à la ferme familiale à Woolsthorpe. C'est là que, éloigné malgré lui de la communauté universitaire, Newton découvre les lois du mouvement et de la gravité. C'est là, dans un jardin et non dans une salle de classe, qu'il voit une pomme tomber et se demande pourquoi.

Les physiciens comme Einstein et Newton, qui sont parmi nos plus grands penseurs, étaient particulièrement conscients de la contribution de la

solitude à la pensée sérieuse. Felicity Mellor, chercheuse à l'Imperial College of London, critique la propension des nouvelles générations d'instituts d'études avancées à encourager la collaboration et les atmosphères sociales au détriment de la contemplation solitaire. Les institutions que Mellor étudie mettent l'accent sur la communication entre chercheurs et, pour les citer, encouragent la «participation internationale» et les «projets de recherche collaboratifs». Le Francis Crick Institute de Londres, qui a ouvert en 2016, en est un exemple parfait: il est doté de laboratoires à aire ouverte et de murs en verre pour favoriser la collaboration. Dans son document stratégique, l'institution se réjouit «de la manière dont les scientifiques seront attirés à interagir et à collaborer dans les espaces ouverts au centre de chaque étage».

«Les gens ne voient plus dans les périodes de retraite et de solitude un élément propice au travail intellectuel», écrit Mellor. Bien que chaque grande découverte en physique soit le fruit d'une bonne dose de solitude, «la réserve et le silence semblent n'avoir aucune place dans la méthodologie actuelle des protocoles de recherche[43]». Peter Higgs, lauréat du prix Nobel de physique et parrain du collisionneur de hadrons, appuie Mellor, affirmant que son travail de pionnier aurait été impossible aujourd'hui, car la paix et la solitude qui existaient dans les années 1960 ont disparu[44]. Quels auraient été les résultats d'une publication prématurée sur la théorie unitaire des champs ou l'explication de l'origine des sursauts gamma?

Il en va des individus comme des institutions. Nous pouvons constater tous les jours que les moments de solitude permettent à l'esprit de vagabonder, de lâcher prise et d'être inspiré. Comme bien d'autres, mes meilleures idées me viennent le matin au lever, et même parfois quand je suis encore au lit, avant d'être envahi par les bruits et l'agitation du monde autour de moi. Une pensée nouvelle peut me venir alors que je suis sous la douche ou pendant que je bois mon café en écoutant d'une oreille le chant des oiseaux dans le jardin. D'ailleurs, presque tous mes amis écrivains ne jurent que par le travail matinal. Et le psychiatre Anthony Storr est d'accord: «Les idées nouvelles surgissent presque toutes pendant un état de rêverie entre le sommeil et l'éveil[45].» C'est comme si le cerveau avait droit à son moment de génie avant que l'*idée que nous nous faisons de la pensée*, lourde et bureaucratique, ne prenne toute la place et n'y mette un frein. Tout

en continuant à discuter de tout cela, Christoff passe à des réflexions étonnamment philosophiques: «Si notre mode de vie nous donne le sentiment d'être vides, me dit-elle, c'est peut-être parce que nous n'avons pas assez de moments dans une journée pour penser par nous-mêmes, pour ruminer en paix. On nous prive de la quête de sens et du bonheur que la rêverie nous procure.» Regarder fixement par la fenêtre embuée par la pluie peut jouer un rôle aussi important que le sommeil paradoxal dans la consolidation des pensées.

Alison Gopnik, la réputée professeure de psychologie de l'université de Berkeley, en Californie, a poussé cette notion encore plus loin. Elle affirme que la bouffée de plaisir ressentie lors d'un moment «Eurêka» est l'équivalent d'un orgasme pour l'esprit pensant[46]. Le plaisir que procure l'orgasme n'est après tout qu'un moyen que le corps utilise pour nous inciter à nous reproduire[a]; le plaisir du moment d'illumination pourrait aussi être inscrit dans notre ADN pour nous inciter à en apprendre davantage sur le monde. Quel soulagement! Si nous avons évolué pour ressentir beaucoup de plaisir quand le cerveau fait des liens inusités, la rêverie cesse d'être un plaisir coupable – elle est au contraire essentielle à notre succès et à notre survie. C'est notre nature même qui l'exige.

Je sors dans la lumière éblouissante du jour et j'éternue. Mon lobe temporal médian produit une pensée spontanée, mais le réseau de contrôle du cortex fronto-pariétal s'en empare. Il me détourne de ma rêverie et oriente mon esprit vers cette unique question cruciale: *Où est-ce que je pourrais trouver un bon petit en-cas par ici?*

Vingt minutes plus tard, repu, je décide de m'accorder trois bonnes heures à rêvasser. Il m'arrive très rarement de laisser mon esprit vagabonder pendant aussi longtemps, mais les propos de Christoff m'ont fait craindre que mon cerveau soit en manque. Elle a précisé qu'il y a vagabonder et *vagabonder*: on peut dire d'une personne frénétique et distraite qu'elle a «l'esprit ailleurs», mais pour que la rêverie suscite des idées nouvelles, l'esprit doit pouvoir se permettre le luxe de ne rien faire. Le vrai vagabondage requiert une très longue laisse.

Par où commencer? L'esprit est davantage porté à la rêverie quand on s'ennuie un peu; une promenade sans but me paraît donc une bonne idée. Je

traverse le campus brûlé par le soleil sans objectif précis. Prochaine étape: faire taire les invitations électroniques qui risquent de saboter mon expérience. J'éteins mon téléphone et l'enfouis dans la poche arrière de mon pantalon. Espérant qu'une idée intéressante me vienne à l'esprit, j'emporte un calepin et un stylo. Je suis à des kilomètres et des kilomètres de chez moi. De mes amis aussi et (le plus important) de mon insupportable ordinateur portable. Pour une fois, j'ai trois merveilleuses heures de temps libre. En cet après-midi ensoleillé, je suis laissé (plus ou moins) à moi-même. Je commence à faire le tour du campus en gambadant, nulle part, nulle part. Et rien ne me vient.

La seule chose à laquelle je peux penser est la pensée elle-même: «Je vais rêvasser à rêvasser…» dit mon cerveau. Puis, spontanément: «Je suis en quelque sorte en train d'examiner mon désir de rêvasser à rêvasser…» Cette pensée me rend anxieux: «Maintenant, je suis *inquiet* que je ne devrais pas *avoir envie* de rêvasser à rêvasser…» La galerie des glaces se prolonge pendant quelques pas avant que je hoche la tête. Si je ne deviens pas fou, je vais me réfugier dans la pensée analytique, ce que je cherche à éviter. Je dois laisser mon esprit prendre le devant de la scène, cesser de m'interposer. Chose difficile à faire, subtile, comme séparer dans sa main le blanc du jaune d'un œuf. Il faut une certaine habileté.

Une fois mon énergie nerveuse consumée, mon cerveau se calme et il commence, miraculeusement, à fouiller dans de mystérieuses boîtes cachées dans le grenier.

Freud apparaît très rapidement (typique): «On peut affirmer qu'une personne heureuse n'a jamais de fantasmes, seule une personne insatisfaite en a[47].» En me rappelant cette remarque amère tirée d'un essai de Freud sur les auteurs créatifs et la rêverie, il m'est venu à l'esprit la pensée à la fois déprimante et vraie que personne n'écrirait de fiction si la réalité ne laissait pas à désirer. Quand Beatrix Potter était une petite fille qui imaginait des histoires de lapins vêtus d'élégants vestons, elle était une enfant esseulée qui avait besoin de s'inventer de la compagnie; quand Monet peignait ses lys d'eau impressionnistes, il était un homme profondément insatisfait des représentations traditionnelles de la nature. Les créations des écrivains et des artistes naissent de l'insatisfaction. Les divergences entre le monde dans lequel on évolue et le monde intérieur motivent certains à jeter un pont

(sous la forme d'un livre sur des lapins qui parlent ou d'un tableau impressionniste). Un artiste parfaitement heureux serait un raté.

Non, pensai-je, clignant des yeux sur le sentier boisé où je m'étais aventuré, le rêveur éveillé ne peut pas être entièrement satisfait. Mais encore? Ces trois heures libres sont un luxe fou et je me rends compte que cet espace vierge n'est pas accessible à tout le monde. Comme l'a écrit Virginia Woolf dans *Une chambre à soi*: «Il y aurait eu beaucoup plus de grandes auteures féminines si on avait accordé aux femmes plus de paix et de silence où se réfugier.» Elle espérait que les écrivaines, historiquement forcées à rédiger une ligne ici et là entre deux obligations sociales et les exigences de leurs enfants, auraient bientôt la possibilité d'être «oisives, de flâner aux coins des rues et de laisser le fil de leurs pensées creuser profondément son sillon[48]». Le *droit* de s'isoler doit être gagné avant de pouvoir accéder à cet «état de rêverie» que Storr décrit particulièrement «fécond en idées nouvelles[49]».

De mon cerveau d'écrivain surgissent plusieurs exemples de scribes qui ont préservé leurs rêveries décousues. On pense d'abord aux poètes: Wordsworth, Byron, Plath, Sarton, ils se sont tous évanouis dans la nature, soit par une retraite dans un chalet du Lake District, soit par des moyens moins innocents. Rilke résume leur stratégie dans l'une de ses célèbres lettres: «Aussi, cher Monsieur, aimez votre solitude, supportez-en la peine: et que la plainte qui vous en vient soit belle[50].»

Je descends vers la rive, à la plage nudiste sur le côté ouest du campus. Un homme nage dans les vagues teintées d'orangé par le soleil couchant, seul, nu et sans but. Le mouvement de ses bras attire mon attention pendant assez longtemps pour que quelque chose bascule dans ma tête; étrange, il s'agit de Kafka. Je me souviens que Franz Kafka exprimait candidement son besoin de rêverie solitaire: «L'écriture est une solitude complète, la descente dans l'abîme glacial de soi.» Était-ce l'eau froide qui m'y avait fait penser? On raconte une anecdote sur la fiancée de Kafka, Felice Bauer. Quand elle lui fit part de son désir de s'asseoir à ses côtés pendant qu'il écrivait, il lui envoya une lettre lui disant que sa présence détruirait son travail. «On ne peut jamais être assez seul quand on écrit, lui a-t-il dit. Il ne peut jamais y avoir assez de silence… même la nuit noire n'est pas assez noire[51].» Le mariage ne se fit pas.

Ces fragments tournent dans ma tête alors que je reprends le sentier en sens inverse vers le campus. J'imagine mes pensées aléatoires comme des petits bouts de matériel génétique flottant dans une flaque primordiale – se combinant, se recombinant, se volant mutuellement des bouts de protéines. Elles évoluent en pensées mieux adaptées à leur milieu particulier, c'est-à-dire à mon esprit.

Ce ne sont que trois heures de ma vie. Je ne suis peut-être pas arrivé à une illumination, mais je suis convaincu qu'il faut absolument laisser l'esprit vagabonder pour que surgisse l'intuition. On ne peut pas additionner les idées des autres et en tirer une signification singulière pour soi, à moins de posséder un atelier mental privé où les remodeler. (Serai-je un jour capable d'écrire mon livre, si je n'arrive pas à construire un tel atelier en moi-même? Je suis inquiet.) Un esprit qui ne rêve pas n'est qu'un perroquet – ou, pire, un ordinateur. Les rêveries sont les ingénieurs de mondes nouveaux.

Je me rends bien compte que je n'ai rien «inventé» cet après-midi, sauf de nouvelles pistes, de nouveaux réseaux, de nouveaux schèmes de pensée dans mon propre esprit cloîtré. Dans l'ensemble, ma rêverie demeure peu pratique et vague. Pourquoi ai-je pensé à Freud? À Kafka? Et qu'en est-il des centaines d'épaves à la dérive dans mon cerveau que j'ai immédiatement oubliées ou ai été incapable de traduire en mots? Le processus ne ressemble en rien à la vision cartésienne de l'esprit dont on nous gave parfois, avec le petit homme, mon «moi», rationnel et résolu, à la barre de mon cerveau, me guidant vers une conclusion sublime. Au contraire, le cerveau qui vagabonde ne se soucie pas d'*arriver* où que ce soit. C'est là son luxe et aussi sa valeur. Il erre dans les rayons d'une bibliothèque infinie, posant la main au hasard sur le dos de certains livres, comme un enfant.

La lumière faiblit. Soudain, le campus semble déserté et ma rêverie se pose sur une image du vieil Archimède, nu, courant dans les rues d'Athènes en criant son fameux «Eurêka»! (Est-ce le baigneur nu qui m'a fait penser à la scène de la baignoire, l'exemple parfait du rêveur solitaire?) Archimède a résolu le problème de la flottabilité en un éclair, dont la force l'a propulsé hors de sa baignoire. Après tout, il se peut que la rêverie n'ait rien à voir avec les moments Eurêka. La plupart de nos rêveries ne sont pas

particulièrement nobles, mémorables ou productives. Notre curiosité traîne dans les ruelles et les culs-de-sac dans la plus grande promiscuité.

Je frissonne. Le temps a changé soudainement et c'est le crépuscule, frais et boisé. Mes pieds me portent vers l'arrêt d'autobus et je m'interroge tout en continuant à vagabonder.

Hélas, l'illumination n'est pas donnée à tous ceux qui se promènent dans les bois. Et puis, il faut avouer qu'il faut beaucoup de pratique pour bien maîtriser l'art de la rêverie. Or, nous manquons cruellement de pratique. Sommes-nous même conscients qu'il existe des différences qualitatives entre les façons d'occuper son temps libre? Qu'une heure à rêvasser dans un parc n'est pas la même chose qu'une heure à chasser les Pokémon? Dans *Éloge de l'oisiveté*, Bertrand Russell a écrit que «la capacité à meubler intelligemment son temps libre est le produit de la civilisation et de la culture[52]». La notion qu'il puisse y avoir une façon «intelligente de meubler son temps libre» en surprendra peut-être plusieurs.

L'auteur et lauréat du prix Pulitzer Sebastian de Grazia croit que l'utilisation avisée du temps libre est non seulement le produit de la civilisation, mais un critère déterminant de son succès. «Peut-être pouvons-nous juger de la santé intérieure d'un pays par la capacité de sa population à ne rien faire – flâner au lit à rêver, se promener sans but, s'asseoir prendre un café – car quiconque est capable de ne rien faire et de laisser ses pensées vagabonder doit être en paix avec lui-même[53].»

Ces mots m'ont fait penser aux hommes en chemises de lin qui fument devant les brasseries en fixant le trottoir; aux femmes à grand chapeau qui mangent des glaces en se traînant les pieds sur les plages pluvieuses de Puerto Rico. Pour Grazia, rêvasser devrait être inclus dans l'indice de la qualité de vie, au même titre que les taux d'alphabétisation. À l'en croire, les choses commencent à avoir l'air bien moches dans notre monde frénétique.

Pour ma part, je commence à voir les applications chronophages, Candy Crush par exemple, comme l'équivalent de sucettes que notre culture offre aux gens qui ne veulent ou ne peuvent pas s'adonner à une forme de loisirs plus adulte et plus raffinée. Nous avons cru ceux qui nous ont mis en garde contre les mains oisives et nous leur en avons confié la garde. Maintenant, nous avons besoin de preuves de notre efficacité et de nos réalisations.

Peut-être est-ce justement cette quête d’une preuve et d’une validation externes qui rend notre solitude aussi vulnérable à ceux qui voudraient en profiter.

---

a J’utilise ici un accent hétérosexuel.

4
Destructeurs de rêverie

Coincé dans le métro, entre deux grands gaillards en costumes assortis, penchés studieusement sur une partie de Candy Crush, j'aurais pu utiliser ces quelques minutes pour m'évader dans les méandres de mon imagination, mais, sous prétexte d'un devoir anthropologique, j'y ai renoncé pour observer tour à tour leurs téléphones étincelants. Nous bougions de concert tous les trois, au gré des mouvements de la voiture, et les bonbons de Candy Crush descendaient inlassablement dans les mains noueuses de ces hommes plus tout à fait jeunes. Je suivais leur jeu en silence: bon coup, mauvais coup, bon coup…

L'idée à la base de Candy Crush est d'une extrême simplicité: divers bonbons appétissants apparaissent dans une grille miniature sur l'écran; le joueur les déplace de manière à obtenir une rangée de sucreries de la même couleur. Cet ensemble scintille et disparaît, créant un effet de cascade lorsque les bonbons du haut tombent, pour former sans fin de nouveaux arrangements.

Le créateur du jeu, King Digital Entertainment, a enregistré 1,6 milliard de jeux par jour au cours du premier trimestre de 2015. Les blogueurs technos étaient ahuris de découvrir que Candy Crush rapportait plus d'argent que tous les jeux Nintendo réunis. En effet, les revenus générés par les achats intégrés, ainsi que les autres revenus de King Digital sont devenus tellement importants que l'entreprise a été achetée par Activision Blizzard (le créateur des séries *Call of Duty* et *Warcraft*) en 2015, pour la somme de 5,9 milliards de dollars[54]. Comment une idée aussi élémentaire a-t-elle pu engendrer une telle dépendance? Il ne s'agit pas simplement de notre dépendance au sucre, même si la forme des bonbons n'est pas plus anodine que les cerises et les pastèques sur les rouleaux des machines à sous des casinos. Cette pluie de

bonbons semble déclencher un réflexe primal. En fait, nous ne jouons pas à Candy Crush, c'est Candy Crush qui joue avec nous.

L'explication se trouve en partie dans les boucles ludiques, qui sont des cycles courts de gestes répétitifs qui satisfont le Ça et le désir reptilien primitif de jouer (par opposition à d'autres jeux aux bases narratives plus développées qui ont un début et une fin cohérents). Les psychologues du comportement ont découvert que nous tombons facilement dans ces courtes boucles répétitives de plaisir et nous nous y laissons prendre encore et encore, sans nous demander quand cela finira. Même les plus petites doses de dopamine suffisent. La découverte de motifs répétitifs nous attire – l'humain a été programmé pour y prendre du plaisir. (C'est la raison pour laquelle les bébés adorent leurs blocs de construction et les joueurs compulsifs n'arrêtent que lorsque leur vessie les y oblige.) Ce désir instinctif est renforcé par Candy Crush, dans lequel la découverte d'un motif – une simple rangée de bonbons – provoque une récompense disproportionnée. Le jeu encourage les joueurs à grands coups de «*Sweet*» ou «*Tasty!*» tout en les inondant de points. Pas juste *un* point, bien sûr, mais des douzaines et des centaines à la fois.

Quand je me suis retrouvé flanqué de ces hommes d'affaires qui jouaient dans le métro (et j'étais, je l'avoue, aussi fasciné qu'eux), les boucles ludiques nous entraînaient dans ce qu'il est maintenant convenu d'appeler «la zone machine». Natasha Dow Schüll, une anthropologue du MIT, a consacré des années à étudier cet état de transe. «Dans la zone machine, m'a-t-elle dit, même si leur appartement est inondé ou qu'une alarme assourdissante retentit, certaines personnes *restent là à jouer*.» Ce sont des exemples réels, tirés de ses recherches, et non des exagérations. Une personne qui est tombée dans la zone machine

> est affligée d'une vision étroite dans laquelle elle perd littéralement le sens de son corps. La douleur physique peut même disparaître. Elle se sent connectée à la machine, un peu comme si elle fusionnait avec elle. Et je ne parle pas uniquement des mains qui tiennent les manettes, mais de la fusion de ses intentions avec celles du programme. On oublie *qui* on est. Le *soi* a disparu[55].

On peut donc dire d'une personne dans la zone machine qu'elle est seule avec la machine, mais pas dans un état de solitude. Un état de solitude s'accompagne d'une riche mobilisation de l'esprit; au contraire, une

personne dans la zone machine a complètement renoncé à tout intérêt en dehors de celle-ci. Les applications comme Candy Crush sont particulièrement délétères pour la solitude. En d'autres termes, elles sont une espèce invasive, qui *occupe* le territoire où la solitude devrait fleurir.

Schüll a découvert la zone machine en étudiant les gros joueurs de machines à sous dans les casinos. Aujourd'hui, cette notion s'applique aussi aux jeux vidéo et aux applications sociales. «Il y a une ressemblance entre les jeux d'argent et les applis sur nos téléphones, affirme-t-elle. Je constate de plus en plus de convergence entre la technologie et les jeux d'argent.» Ah bon!

La technologie et les jeux d'argent diffèrent toutefois sur un point important. Les firmes de la Silicon Valley n'éprouvent aucune gêne à parler ouvertement de leurs technologies addictives. Certaines encouragent aussi une industrie indépendante de «spécialistes en design du comportement». Si les casinos tenaient le même discours, ils seraient vilipendés. Nous avons appris à craindre les risques de dépendance associés aux jeux de hasard et d'argent, mais nous restons ébahis devant le sens des affaires de ceux qui conçoivent des technologies tout aussi addictives. Nous ne reconnaissons pas que les uns influencent les autres. En faisant de la distraction une science, la Silicon Valley pourrait, à terme, être encore plus efficace que Las Vegas, car elle s'appuie sur l'apprentissage machine et les algorithmes adaptatifs. Cette convergence de la technologie et des jeux de hasard et d'argent remplit nos vies des boucles de plaisir dans la brume soporifique de la zone machine.

Il y a de moins en moins de place pour les longues rêveries, car un esprit enfermé dans la zone machine ne vagabonde jamais; il est irrémédiablement captif. Alors qu'un esprit rêveur est complètement éveillé, un esprit dans la zone machine dérive dans une douce torpeur.

Candy Crush et la prochaine génération d'applis de boucles ludiques poussent les joueurs à une anti-solitude. Le joueur paraît seul, mais (comme pour le joueur de machines à sous) la richesse et l'ouverture d'esprit du rêveur solitaire sont remplacées par la quête monomaniaque du plaisir programmée dans ces jeux, quête qui mène à une sorte de nihilisme. Selon Schüll, une personne dans la zone machine n'a aucun but réel. Quand on entend dire que de jeunes adolescents chinois portent des couches pour

jouer aux jeux interactifs en ligne, de peur de manquer une seule minute de l'action, on peut s'interroger sur leur santé mentale et leur notion du «progrès». Le jeune fixe l'écran; il a l'impression de construire quelque chose, mais en réalité, seule la boucle ludique compte. Le but du système est le système lui-même.

Ces boucles ludiques peuvent être utilisées à d'autres fins que de créer de la dépendance. Leurs concepteurs sont mieux équipés pour transformer la solitude en bénéfices d'entreprise. En monnayant des moments autrefois solitaires, les entreprises technos créent de la «valeur» à partir de rien.

Rien de plus facile, et on ne s'en prive pas. Entre 2006 et 2011, par exemple, Google a proposé en ligne un «jeu» appelé Google Image Labeler (*cool*, associer des images à des étiquettes!). Une image était présentée au hasard à un joueur auquel on demandait de l'étiqueter avec le plus de mots clés possible; lorsque ses étiquettes correspondaient à celles d'un autre joueur, les deux obtenaient des points. Des gestes rapides et impulsifs déclenchaient une cascade de renforcement positif semblable au système de récompenses d'une machine à sous. Du même coup, les banques de données de Google bénéficiaient du travail gratuit des joueurs – travailleurs non rémunérés, qui construisaient un moteur de recherche plus utile, que Google pouvait ensuite rentabiliser. Google n'avait eu qu'à créer une boucle ludique et les pulsions humaines s'occupaient du reste.

Qu'en sera-t-il en 2041? Jetons un coup d'œil à l'avenir… Samuel Flores est un esclave numérique volontaire – c'est du moins ce que ses parents se plaisent à dire à leurs amis. Il a 33 ans et, chaque matin, il sort furtivement de l'appartement en sous-sol de la maison de sa mère et se rend au parc avec sa tablette. Il s'y installe pour une séance de six heures de travail de jeu en ligne, qui consiste surtout à «liker» et à partager du contenu promotionnel dans le but d'accumuler des points de sociétés de premier ordre. Contrairement aux vieilles usines à clic qu'on trouvait en Inde – où des milliers d'employés étaient payés pour suivre et aimer du contenu –, Samuel est l'un des millions de cliqueurs indépendants; ils ne sont pas payés en argent mais en *followers*. Samuel est pratiquement certain que la plupart d'entre eux sont des robots, mais il ne semble pas s'en formaliser. Il a un travail facile, qui l'occupe à temps plein; il est à la fois dévoué aux *followers* robotiques qu'il a gagnés et dépendant d'eux. Il croit en son avenir, convaincu qu'il ne restera pas toujours esclave. Quant à la

forme que prendra cet avenir, il n’a pas encore eu le temps d’y penser. Il est en train de construire une marque qui deviendra suffisamment reconnue pour le libérer un jour. Et il est prêt à manger le macaroni de sa maman en attendant.

Pour un baron des médias à la recherche de profits à court terme, un esprit rêveur doit représenter un terrible gaspillage. Tout ce temps et toute cette attention errant sans gouvernail! On dirait que la modernité s’est donné pour mission de combler les espaces vides dans la vie des gens – en asséchant le puits de la rêverie.

Ce phénomène remonte à la fin du XVI^{e} siècle, quand la civilisation occidentale est devenue de plus en plus soucieuse d’exactitude: dates, distances, taux… la mesure de la vie est devenue une source de rationalité, dont le meilleur exemple est la gestion du temps. C’est au XVI^{e} siècle que l’horloge s’est répandue (c’est-à-dire qu’il y en avait une dans pratiquement tous les foyers). Dans la foulée, les dispositifs permettant de gagner du temps ont proliféré. Les deux siècles qui ont suivi ont vu l’invention de la laboureuse, de la calculatrice, du stylo, de la déchiqueteuse, du métier à tisser mécanique, de la machine à coudre, de la machine à écrire et du bateau à vapeur, toutes des inventions visant un seul objectif: aller plus vite.

Cette tendance à mesurer et à optimiser l’utilisation du temps devint omniprésente (et personnelle) avec l’essor de l’ère industrielle, au cours du XIX^{e} siècle: les travailleurs devinrent coordonnés, leurs mouvements et leurs horaires réglés par des horloges, des sifflets et des sirènes d’usine. Le chronométrage mécanique a discipliné les travailleurs avec une inflexible efficacité. Cette codification de la force ouvrière a culminé avec l’arrivée du taylorisme (ou gestion scientifique), qui a impitoyablement rationalisé la main-d’œuvre, allant jusqu’à dicter les mouvements physiques des travailleurs, les réduisant pratiquement à des dents d’engrenage; ce sont d’ailleurs les théories de Frederick Taylor qui ont inspiré les chaînes de production d’Henry Ford si réputées pour leur efficacité.

Dans les années 1880, les ascenseurs électriques et leurs gratte-ciel à armature en acier ont joué un rôle dans une réorganisation radicale de la main-d’œuvre – ordonnée en hauteur, jusqu’à des environnements de plus en plus raréfiés et abstraits. C’est cette nouvelle réalité qui a incité Fritz

Lang à créer son dystopique *Metropolis,* dans laquelle des travailleurs synchronisés au teint blafard marchent péniblement à leurs emplois inhumains. Et c'était cette réalité qu'Aldous Huxley attaquait quand il a déclaré, dans l'avant-propos de son roman *Le meilleur des mondes*: «Dans une ère de technologie avancée, l'inefficacité est le péché contre le Saint Esprit[56].»

Dès 1950, la guerre au temps perdu a été incarnée par le personnage hyper performant de Dick Tracy et sa montre-radio. Tracy est toujours connecté, toujours en train de faire quelque chose. (Il n'y a pas un moment à perdre!) Cette fiction d'efficacité augmentée par la technologie était tellement irrésistible que les marques Seico et Linux ont toutes deux lancé des montres-téléphones semblables. Elles étaient destinées aux hommes d'affaires des années 1980 et 1990, bien avant qu'un logiciel puisse rivaliser avec l'ambition de ces derniers.

La course à la connectivité a atteint un tournant en 1998, lorsqu'une assez petite entreprise de Waterloo au Canada, appelée Research In Motion, a lancé le premier dispositif mobile capable d'envoyer et de recevoir des courriels: le BlackBerry. Ce fut la fin des beaux jours des téléavertisseurs. Dès lors, les conversations seraient sans fil, mobiles et constantes; de ce BlackBerry est née une surabondance d'appareils comparables. À l'origine, le BlackBerry ciblait une classe de cadres américains particulièrement agressifs – des gens qui, non seulement se sentaient indispensables, mais étaient atteints d'une dépendance latente à la connexion qu'aucune technologie n'avait encore exploitée. Le fantasme de tout PDG est bien sûr d'être une pieuvre, pour pouvoir agir partout en même temps. En 1998, le BlackBerry était ce qui s'en rapprochait le plus.

Aujourd'hui, de nouvelles technologies portatives, la montre Apple par exemple, ont laissé ces premiers efforts loin derrière. Le niveau de fonctionnalité réservé au départ à un «superhéros» (l'attirail de Dick Tracy) a muté une première fois en «outil essentiel» à tout homme d'affaires qui se respecte, avant de connaître une deuxième reconversion en objet de divertissement de base pour la population en général. Nous sommes tous des Dick Tracy maintenant.

La promesse de devenir un superhéros (ou, du moins, un humain amélioré) est une tentation qui nous éloigne de notre moi rêveur. Voici ce qu'on nous

promet: si nous utilisons cet outil, nous deviendrons plus intelligents et plus efficaces, notre pouvoir de décision sera décuplé et nous influencerons plus de gens que nous n'aurions pu le faire tout seuls.

Nos technologies nous convainquent que notre pensée solitaire n'a pas de valeur: quel idiot inutile je serais tout seul! Nous sommes persuadés que notre travail cérébral ne peut être amélioré que par ces intrusions, que les technologies conçues pour détruire la solitude sont là pour nous éclairer et nous investir de pouvoir. Que nous soyons en train de jouer à Candy Crush ou de tweeter à Donald Trump, ce sentiment de pouvoir augmenté est toujours là. L'esprit humain isolé devient soudé à des technologies conçues pour lui faire miroiter des gains de productivité et lui faire oublier que l'indépendance d'esprit a aussi une valeur.

Clive Thompson, l'ancien éditeur de *Wired*, soutient dans son livre *Smarter Than You Think* qu'Internet nous permet de devenir des «centaures» – ces êtres hybrides qui atteignent un niveau de perception extrasensorielle de leurs amis et collègues de travail. Nous devenons, comme le dit Thompson, des «penseurs conversationnels». Pour lui, devenir des centaures nous grandit[57]. C'est un argument séduisant. On ne peut nier que les nouvelles technologies peuvent ouvrir des pistes de recherche étonnantes. Par exemple, l'émergence de l'analyse des mégadonnées a énormément contribué à modifier la façon dont les hôpitaux comprennent leurs patients, les gouvernements répondent aux citoyens et les intellectuels fouillent dans les archives.

Mais la pensée en ligne fait de nous la personne à la fois la plus intelligente et la plus stupide au monde. Quand je parle au téléphone, il m'arrive d'avoir une sorte de conversation en tandem, c'est-à-dire que je navigue dans Internet à la recherche d'information pour étayer ce que je dis. «Dis donc, s'exclame finalement mon ami. Tu en sais des choses sur les œufs de crevettes!» Et combien de fois ai-je ouvert frénétiquement jusqu'à 10 onglets sur mon fureteur pour extraire des bribes d'une revue ou d'un journal et en faire un collage cohérent dans un seul texte? Pour moi, c'est comme être propulsé par un réacteur dorsal.

Chaque fois que je pose les mains sur mon clavier d'ordinateur, je suis tenté. Pensez à la progression glaciale des plumes et des stylos sur une page… à la désuétude de ce mode de traitement de la pensée contre la rapidité d'un utilisateur de clavier. Les traits de crayon ont bien piètre mine

à côté de la clarté impeccable d'un texte électronique, même si le rédacteur sait à peine dactylographier. On peut facilement se convaincre que la miraculeuse machine – avec sa merveilleuse *efficacité*, ses lignes aseptisées, sa police de caractères Times New Roman – doit nécessairement rendre plus intelligent ce que nous écrivons et, par extension, ce que nous *pensons*.

Bien sûr, le désir de fusionner l'esprit avec la technologie est apparu bien avant l'avènement d'Internet, vers l'été 1945. Vannevar Bush, un professeur de génie attaché au MIT, a demandé à quels sujets de recherche les scientifiques américains devraient consacrer leur énergie, maintenant que la Deuxième Guerre mondiale était terminée. Bush, un homme brillant et direct, était particulièrement bien placé pour poser cette question. À titre de directeur de l'Office of Scientific Research and Development, il avait dirigé pendant la guerre 6 000 scientifiques qui sont à l'origine de certaines des plus grandes découvertes militaires de toute l'histoire. Une fois la paix rétablie, les intérêts de Bush ont porté sur des objectifs moins belliqueux. Il a résumé sa nouvelle vocation dans un essai intitulé «As We May Think», qui a été publié dans le numéro de juillet d'*Atlantic Monthly* de cette année-là[58]. Bush imagine une chose appelée Memex, le système le plus proche d'Internet que l'on pouvait imaginer dans les années 1940. Il le voit comme un «centaure: une sorte de librairie et de fichiers privés mécanisés, écrit-il. Un Memex est un dispositif dans lequel un individu entreposerait tous ses livres, disques et communications, un dispositif mécanisé et assez souple pour être consulté extrêmement rapidement, une extension intime de sa mémoire». Il aurait grosso modo l'apparence d'un bureau avec un clavier et un ensemble de boutons et de leviers (Bush imaginait probablement une chose qui ressemblait aux dessins animés futuristes des années 1960, comme les Jetson).

Ce puits de savoir compact de toutes les connaissances humaines serait assorti de nouvelles formes d'apprentissage et de créativité. En fait, Bush se rend compte que l'homme moderne a un urgent besoin de nouvelles stratégies d'apprentissage et de pensée: «L'humain a construit une civilisation tellement complexe qu'il a besoin de mécaniser davantage ses dossiers s'il veut mener l'expérience jusqu'à sa conclusion logique, sinon il devra s'arrêter à mi-chemin, freiné par les limites de sa mémoire.» Les humains, engloutis sous les données –, de véritables chutes du Niagara de

données produites par le XX^{e} siècle – ont soudainement eu besoin d'aide, d'une sorte de portail par lequel les gérer et les rendre utilisables. L'esprit humain ne pouvait tout simplement plus y arriver par lui-même.

Qui plus est, Bush a imaginé que les données entreposées dans le Memex de chacun pourraient être transférées et partagées avec les autres. «De toutes nouvelles formes d'encyclopédies apparaîtront, a-t-il écrit (signe avant-coureur de Wikipédia). Un avocat aurait au bout des doigts les opinions et décisions rendues au sujet de tous ses dossiers et ceux de ses amis et associés.»

Bush ne pouvait pas deviner, en imaginant ce charmant salon de données, l'influence insidieuse qu'auraient les technologies de plateforme sociale. Soixante-dix ans plus tard, il devient évident que rien d'important ne peut se développer en ligne et rester secret. Memex, cet esprit augmenté par la technologie, est toujours à risque de devenir un esprit de ruche. Par nécessité, il est biaisé en faveur du partage avec une constante sollicitude.

Mais nous oublions trop souvent de faire la distinction entre les aptitudes de Memex et nos aptitudes à *nous*. Notre ordinateur ne rêvera pas à notre place. Ada Lovelace (la fille de Lord Byron) a été la première à soulever ce point dès 1842. Quand le premier ordinateur a été conceptualisé (la machine analytique de Charles Babbage). Lovelace a cru bon d'expliquer, dans ce qui est devenu le texte fondateur de la théorie de l'informatique, que le dispositif proposé n'était pas une machine «pensante». Elle avait compris que les gens confondaient cette machine, qui pouvait résoudre des problèmes de mathématiques complexes, avec un être pensant. «La machine analytique ne prétend pas *être à l'origine* de quoi que ce soit. Elle ne peut faire que ce que *nous savons lui commander. Elle ne prétend pas créer quoi que ce soit*.» Lovelace laisse présager le dédain que Pablo Picasso manifestera envers les ordinateurs, car «ils ne peuvent que donner des réponses».

Le danger dans tout cela est que nous devenions incapables de laisser notre esprit vagabonder en toute quiétude; incapables de détourner notre attention des appâts numériques, des addictives boucles ludiques nihilistes et autres sirènes de la sociabilité, pour faire un peu de place à la solitude, dans laquelle notre esprit pourrait – qui sait? – tomber sur un territoire inexploré.

On devine intuitivement que la rêverie est essentielle au travail du poète, tout comme l'isolement est nécessaire à la réflexion du professeur de mécanique quantique aux cheveux en bataille. Les gens ordinaires, comme vous et moi, pensent que les longues rêveries ne sont pas pour eux. Au lieu de cela, ils se laissent trop souvent absorber par toutes sortes d'inquiétudes qui n'ont rien à voir avec eux.

Choisir la solitude mentale, donc, est un acte séditieux, un véritable sabotage des plans des ingénieurs des boucles ludiques et des barons des médias sociaux. Choisir la solitude est un somptueux gaspillage.

Pendant la rédaction du présent ouvrage, je suis tombé par hasard sur le tableau *The Day Dream*, peint par Dante Gabriel Rossetti en 1880, et je me suis dit: *Cette personne a vraiment compris*. Il représente Jane Morris, l'épouse du designer William Morris, assise dans un sycomore, un livre oublié sur les genoux. Une fleur (de chèvrefeuille) est tombée de sa main sur les pages abandonnées. Et la femme elle-même, fière et pâle, dans le plus pur style préraphaélite, laisse porter son regard au loin, perdue dans sa rêverie. Son visage est dénué d'expression; le spectateur peut s'interroger, mais jamais il ne comprendra son état d'âme. «Vers des cieux profonds» qui ne sont «pas plus profonds que son regard», écrivit Rossetti dans un poème accompagnant l'œuvre[59].

La rêveuse est comme l'arbre dans lequel elle est assise; indifférente aux appels à la diligence. On comprend que si quelqu'un voulait «profiter» de son esprit, elle retirerait bien peu de cette interruption.

Rossetti n'avait pas de scans IRM. Il ne pouvait pas consulter de recherches en psychanalyse ni de rapports des données de Facebook. Mais il savait. Il en savait assez pour respecter la rêveuse dans son sycomore et la laisser tranquille.

Quant à moi, j'ai commencé à voir qu'il me faudrait plus qu'une occasionnelle séance de rêverie pour me réconcilier avec ma solitude. Ces amuse-gueule m'avaient ouvert l'appétit. Je voulais dessiner des frontières plus nettes autour de moi. Mais pour ce faire, je devais d'abord commencer par comprendre qui j'étais. Où, en fin de compte, la frontière entre les autres et moi se situe-t-elle?

TROISIÈME PARTIE

Pour qui vous prenez-vous?

La beauté commence au moment où vous décidez d'être vous-même.

—COCO CHANEL

5
Le style

Par un bel après-midi de l'automne 1924, un homme déambulait le long de l'avenue Rosebery, à Londres. Les passants se retournaient pour le dévisager. Les bras cerclés de bijoux de corail et de topaze qui tintaient, il agitait constamment les mains en marchant. Son visage, rendu pratiquement orangé par la poudre, était ponctué de lèvres vermillon et d'une ombre à paupières que même les jeunes femmes de son temps n'osaient pas porter. Grâce à une quantité incalculable de henné, sa tête était couronnée d'une tignasse rouge frisottée qui se balançait dangereusement à chacun de ses pas. L'homme croisa un ami avec qui il papota quelques instants. Sa voix était aussi choquante que son apparence, chaque mot semblant insinuer et colporter au lieu de simplement *dire*.

Au carrefour, un groupe d'hommes désœuvrés se mirent à le poursuivre. Il accéléra le pas, mais ils le suivirent, cherchant la bagarre, et quelqu'un dit en ricanant: «Pour qui donc vous prenez-vous?»

Un homme le saisit à la gorge, un autre à l'entrejambe et un autre encore aux deux à la fois. À chaque geste impuni, ils s'enhardissaient comme une meute. Lorsque l'homme poussa la courtoisie jusqu'à s'adresser à l'un d'eux en l'appelant «monsieur», ils lui tombèrent dessus à bras raccourcis. Jeté au sol, il tenta de se protéger le visage de leurs coups de poing et de pied. Il réussit à s'engouffrer dans un taxi qui passait, mais ils l'en tirèrent et le frappèrent au dos. Finalement, l'homme arriva à s'appuyer contre la façade de Finsbury Town Hall et à dire à ses assaillants: «Aurais-je fait quelque chose pour indisposer ces messieurs[60]?» Les lyncheurs, pris d'un grand fou rire, se dispersèrent.

C'était un événement qui se produisait assez souvent dans la vie de Quentin Crisp. La violence de ses bourreaux ne l'étonnait jamais (il avait

grandi dans la violence); mais ce qui l'étonna une fois de plus, cet après-midi-là, était qu'ils l'aient laissé en vie.

Les actes homosexuels étaient encore illégaux en Angleterre dans les années 1920 et, dans l'esprit de Crisp (un homosexuel engagé), cela signifiait que son existence même était criminelle. Il refusait toutefois de se cacher. La société pouvait faire de Crisp un marginal, mais elle ne pouvait pas le changer. Donc, à une époque où la majorité des femmes et des hommes homosexuels vivait dans le plus douloureux secret, Crisp se promenait ouvertement dans la rue, où son audace lui valait régulièrement des coups.

Malgré ces abus, Crisp persistait et signait. Pourquoi? Pourquoi un homme choisirait-il de provoquer de la violence? Il aurait été tellement plus facile d'enlever son maquillage et d'adopter la démarche et les manières des autres Britanniques! Pourquoi se rendait-il la vie aussi difficile? Parce que son rouge à lèvres, ses bijoux, ses gestes maniérés et exagérés, tout son style de vie affirmé étaient un acte profondément politique. Bien des années plus tard, il rédigea des mémoires qui devinrent un bestseller; s'autoproclama l'un des «majestueux homos d'Angleterre»; déménagea à New York, où les chauffeurs de taxi lui offraient des courses gratuites contre un autographe, alors que David Letterman l'accueillait à son talk-show; il expliqua alors pourquoi il affichait à l'époque son style de manière aussi assumée: «Quand ils me voyaient déambuler sur Fulham Road, les gens pensaient, "Tiens, en voilà un. Il n'a pas l'air méchant, non?" Et ils se disaient, "Ils doivent avoir une vie. Ils ne peuvent pas toujours être travestis dans les clubs de nuit. Ils doivent vivre[61]".»

Ils doivent avoir une vie. Pour moi, c'est la principale raison pour laquelle on doit développer un style individuel: pour que tous comprennent que, sous tous nos attributs culturels communs, nous demeurons humains, individuels, et refusons de disparaître dans le grand bourbier de la conformité. Et ainsi, notre «humanité» grandit un peu.

Le biographe Michael Holroyd a écrit que Crisp «est adepte des "postjugés" plutôt que des préjugés[62]». Crisp comprenait qu'il faut toujours se méfier des idées et des opinions préconçues, que chacun doit former ses propres idées et sensibilités, quel qu'en soit le prix. Il était conscient que la bravoure et l'affirmation de soi peuvent être des actes révolutionnaires. En développant un style vraiment personnel (au lieu d'adopter aveuglément le

«style du moment», ce qui est le contraire), on affirme haut et fort qui on est, en dehors de toute mode, tout en faisant un pied de nez aux pressions étouffantes de la société. Le refus de se conformer est un grand bienfait pour l'humanité tout entière. À la fin des années 1960, une décennie beaucoup plus permissive, Crisp écrivit son autobiographie, qu'il intitula *The Naked Civil Servant*. Ce qui le décrivait parfaitement.

Pour Crisp, la recherche d'un style personnel et le mépris des conventions sont des attitudes qui doivent s'étendre à tous les aspects de la vie.

- Vêtements: méfiez-vous «si tout ce qu'on voit quand on vous croise dans la rue est que vous êtes assez riche pour acheter le *Vanity Fair*. On ne sait rien sur *vous*[63]».
- Langage: évitez le jargon et l'argot, car les gens qui ont du style évitent de s'identifier à un groupe[64].
- Problèmes d'argent: «votre style ne dépend pas de vos liquidités[65].»
- Richesse: «l'argent ne peut pas acheter le style, l'intelligence, la beauté, l'esprit, l'affection ou le respect» (mais «il peut certainement faire votre bonheur[66]»).
- Vieillesse et déchéance: n'oubliez pas «qu'une résidence pour aînés n'est rien d'autre qu'un club où on s'exerce à mourir en groupe[67]».

Il faut en tout temps rester fidèles à nos opinions et à nos attitudes personnelles, dit Crisp. Par son exemple, il nous rappelle que chaque expression de soi est un geste politique; soit nous affirmons notre identité, soit nous cédons devant le système.

C'est donc en étant vraiment soi-même qu'on acquiert un «style». Alfred Hitchcock parlait d'«autoplagiat». Nous nous efforçons de devenir qui nous sommes déjà. Nous refusons de rester dans l'ombre, nous luttons contre la force collective de l'économie de plateforme et jouissons du peu d'originalité que nous pouvons protéger en nous.

L'inoffensif émoji souriant pourrait être la plus grande menace au style «crispien» qui existe aujourd'hui. Lors d'une de mes traques subreptices dans le métro, j'ai vu une jeune femme envoyer à un ami une armée entière

de ces pictogrammes souriants, alors que son vrai visage était de marbre. Elle ne riait pas, ne souriait pas. Lorsqu'elle a levé les yeux sur moi, j'ai souri bêtement et elle m'a gratifié d'un regard agressivement vide.

Ce n'était pas son manque de sincérité qui me dérangeait. (Sans les échanges convenus qui entretiennent les liens sociaux, les gens n'auraient tout simplement pas d'amis.) C'est qu'elle le faisait sans y mettre le moindre effort de *style*. J'avais l'impression qu'en substituant des émojis à ses émotions, elle passait sa voix dans une sorte de hachoir à viande d'où il sortait une saucisse de sa personnalité. (Je ne suis guère mieux. Récemment, Kenny et moi avons assisté à une fête où un jeune homme bien intentionné déverrouilla la fonction émoji de nos téléphones respectifs. Depuis, toutes nos conversations en ont été appauvries. J'essaie d'abord de m'expliquer en mots et je finis par envoyer à Kenny des rangées de palmiers et de pandas.)

Les émoticônes et les émojis font taire les voix individuelles et offrent, à la place, un échantillon limité de sentiments. (L'amélioration est bien mince quand l'icône du pouce levé est offerte en plusieurs tons de peau.) Nous n'utilisons pas toute la richesse de notre langue. Par exemple, la langue anglaise compte plus d'un million de mots (en fait, des chercheurs de Harvard et de Google ont établi que 8500 nouveaux mots apparaissaient chaque année[68]), mais nous n'employons en général que 5000 mots dans la langue parlée et 10 000 dans la langue écrite, soit 0,5 à 1 pour cent des mots à notre disposition. (Des études plus généreuses augmentent ce chiffre à trois pour cent.) Nous sommes portés à toujours utiliser les mêmes mots, par lassitude, bien sûr, et par automatisme. Un de mes amis, qui travaille comme conseiller en communications pour de grandes entreprises, me dit que cette paresse est particulièrement répandue dans la culture des affaires. Au bureau, tous ont les mêmes mots à la bouche, que ce soit «incroyable» ou «génial», jusqu'à les réduire en bouillie. Et pour cause. Cette bouillie sécuritaire et inoffensive est une façon d'acquiescer sans prendre position, ni se faire remarquer. En faisant défiler les icônes de visages souriants et de coupes de vin (ces raccourcis d'expression de nos émotions), nous nous arrêtons rarement à nous demander si nos voix individuelles n'ont pas été enterrées par cet ensemble de cartes mémoire de sentiments qu'on nous encourage à leur substituer.

:-)

La toute première émoticône était un visage souriant basculé appelé *smiley*, composé d'un deux-points, d'un trait d'union et d'une parenthèse. C'est un dessin bien primitif si on le compare aux options très explicites qui existent aujourd'hui (pensons à l'icône du «caca souriant» si cher au Canada anglais), mais le petit smiley représentait une véritable révolution linguistique quand il a été proposé en 1982.

L'informaticien Scott Fahlman trouvait que les babillards électroniques d'Internet étaient remplis de messages mal compris. L'ironie et le sarcasme ne ressortent pas toujours clairement dans les messages électroniques, et bien des gens en sont blessés inutilement. La plupart des utilisateurs semblaient sous-estimer la quantité d'information que transmettent l'expression faciale et le ton de la voix. Devant ce constat, Fahlman, qui ressemble à un gros ourson jovial, a proposé une solution: ajoutez un visage souriant à la fin de votre message et tout le monde saura que vous êtes bien intentionné. L'espèce scintillante d'émojis qui est apparue depuis pourrait être le gazon artificiel de l'expression littéraire; elle se compose d'images lisses et claires qui ne sauraient offenser personne. Nous les utilisons fidèlement, car nous avons peur que notre propre voix, nos propres mots, nous mettent dans le pétrin; qu'Internet déforme et dénature nos paroles. (Plus de 30 ans après l'invention du smiley, les visages souriants et les cœurs comptent pour plus de la moitié de tous les émojis utilisés. Pas les signes de dollars ni les chiots ni les chopes de bière; notre principale préoccupation pictographique est que les gens sachent que nos intentions sont amicales.) Sans surprise, les femmes sont deux fois plus nombreuses que les hommes à utiliser les émojis – les femmes, dont la voix a été systématiquement méprisée et déformée, utilisent peut-être les émojis pour s'assurer que leurs messages sont bien compris.

Un phénomène qui servait à l'origine de point final à nos messages s'est transformé en une forme complète de communication: le hiéroglyphe numérique. L'émoji le plus populaire est le visage baigné de larmes de joie, qui remplace avantageusement le LOL textuel. Il a d'ailleurs été choisi «mot de l'année 2015» par les dictionnaires Oxford. Le langage des glyphes numériques est déjà assez complexe pour dire «téléphérique» et «cérémonie d'observation de la lune».

Deux amis, Matt Gray et Tom Scott, ont créé un site Web où toutes les communications devaient être en émojis – même les noms des utilisateurs étaient une suite d'émoticônes. Pour eux, c'était une blague; mais 60 000 personnes s'y sont abonnées. Puis, Gray et Scott ont commencé à recevoir des appels confus d'investisseurs qui voyaient dans leur site une ambitieuse nouvelle startup. Entre-temps, un ingénieur de données appelé Fred Benenson a poussé l'expérience encore plus loin en tentant de traduire *Moby Dick* en émojis. Fidèle à l'ère de la plateforme, Benenson n'a pas effectué lui-même le travail de traduction; il l'a plutôt sous-traité sur Amazon Mechanical Turk, où des milliers de bénévoles ont traduit chacun un petit bout de texte. On peut se procurer l'ouvrage achevé, *Emoji Dick*, pour 200 $ en version papier ou 5 $ en format PDF. Benenson espère maintenant créer un moteur de traduction en émojis qui permettra de transformer toute la littérature en glyphes numériques.

Il se peut toutefois que les émojis commencent bientôt à tomber en désuétude. En effet, les GIF (Graphic Interchange Formats), ces fragments de boucles vidéo, habituellement volés à des films et à des émissions de télévision, ne sont plus confinés aux ordinateurs personnels ou aux blogues comme Tumblr; de rapides progrès des techniques mobiles permettent maintenant de les incorporer à des systèmes de messagerie. Ainsi, les utilisateurs peuvent insérer un GIF aussi facilement qu'un visage souriant sur des plateformes comme Facebook, ou simplement dans un texto sur leur téléphone. Pourquoi me donner le mal de taper mes propres réflexions, alors que je peux simplement faire une recherche dans une bibliothèque de GIF sur Giphy.com et mettre en pièce attachée une mini-vidéo de Parker Posey roulant les yeux ou une image volée de Channing Tatum émergeant d'une piscine?

Pour la plupart des gens nés à l'ère numérique, envoyer un message à un ami ne requiert plus de texte alphabétique. Comme l'émoji et l'émoticône avant lui, le GIF est une expression toute faite, un cliché visuel qui nous épargne la peine de développer un style personnel. Ainsi, les internautes ont délaissé la notion du style d'Hitchcock, l'autoplagiat, et pratiquent carrément le plagiat. Selon Naomi Baron, professeure de linguistique, les «GIF emballent votre message pour vous et vous évitent d'avoir à décider comment vous exprimer vous-même[69]». De cette façon, l'expérience solitaire du style personnel est remplacée par une foule

d’images commerciales. Nous renonçons au phrasé peut-être unique de nos propres compositions pour devenir le conduit des offres stylistiques partagées du divertissement de masse.

Nos technologies d’écran sont des machines qui visent la connexion plutôt que l’indépendance, mais elles nous donnent toujours *l’impression* de nous offrir les deux. Sur Twitter, par exemple, nous nous imaginons parler de notre propre voix («Salut le *monde*, saviez-vous…»), mais nous devons restreindre cette voix à un format, à une forme et à un nombre de caractères hautement circonscrits.

En août 2014, Twitter a ajouté à son tableau de bord une fonction «analytique» qui permet aux utilisateurs de suivre de façon extrêmement détaillée les réactions à leurs gazouillis. Cette fonction a immédiatement changé ma propre utilisation de la plateforme. J’ai effectivement été incité à modifier mon style d’écriture pour plaire au plus grand nombre, conformément aux diktats de mes rapports d’analyse. Instruit des commentaires des autres, j’ai pensé à apporter des changements qui ne me seraient jamais venus à l’esprit auparavant. Par exemple, un *tweet* sur ma vie d’écrivain (estampillé du mot-clic #amwriting) m’a valu beaucoup d’attention. Le lendemain, je me suis surpris à penser: *Peut-être devrais-je* tweeter *une photo de mon bureau de travail; il a l’air tellement romantique et en désordre avec cette tasse à café en céramique et ce bouquet de fleurs sauvages dans un pot de confiture*. Comme il est facile de devenir empêtré dans une grille de concours de popularité à la fois subtile et persuasive; il faut faire beaucoup d’efforts pour être un vrai marginal, une personne dont la voix est singulière (voire perverse).

Évidemment, les forces qui encouragent la conformité ont toujours existé, mais elles sont maintenant devenues tellement efficaces et tissées serré qu’elles nous permettent de vider tout discours de son originalité. Quand un système vous *montre* aussi directement comment attirer l’attention (et l’affection) des autres, il vous faut déployer des efforts herculéens pour y résister et, comme Crisp, ne pas avoir peur de «choquer».

Neil Postman a décrit dès 1982 un autre aspect de ce problème, lorsqu’il a soutenu que la rapidité de l’électricité «viderait la communication de tout style personnel et même de toute personnalité[70]. Comme d’autres, Postman

s’inquiétait que les voix individuelles se perdent dans le reconditionnement des communications en données et leur transmission par fils.

Des fils, comme celui que Samuel Morse a commencé à mettre en place en 1843. Grâce à une subvention de 30 000 $ du gouvernement des États-Unis, Morse a réussi à installer entre Washington et Baltimore une ligne de 64 kilomètres capable de transmettre des points et des tirets en code «morse». Son premier message d’actualités, le résultat de la convention du parti Whig à Baltimore, a été transmis à Washington D.C. le 1er mai 1844. La nouvelle électronique que le sénateur Henry Clay serait le candidat du parti à l’élection présidentielle arriva plus d’une heure avant le train à vapeur apportant la même nouvelle. Ce fut un tournant décisif. La machine de Morse était l’avenir des communications: moins de main-d’œuvre humaine et plus de manipulation du message. Cet événement coupait littéralement le souffle – et affaiblissait la voix humaine[a]. Malgré tout, même par fil interposé, une certaine humanité survivait: Tom Standage, l’éditeur numérique de *The Economist*, raconte que certains opérateurs de fil savaient reconnaître la touche de leurs confrères dans d’autres villes par la «signature» quasi indiscernable de leurs bips[71]. Maigre consolation.

Avec la montée en puissance des diffuseurs, de nouveaux indices de l’affaiblissement du style individuel commencent à apparaître partout. Les communications basées sur les plateformes franchissent même une nouvelle étape: non contentes d’éliminer le style personnel, elles le remplacent par un style collaboratif. Je me suis d’ailleurs retrouvé devant un bel exemple d’œuvre collaborative lors de la conférence TED de Vancouver en 2014. Il s’agissait d’une énorme structure lumineuse contrôlée par les passants, réalisée par l’artiste Janet Echelman et intitulée *Skies Painted with Unnumbered Sparks* (ciel peint d’innombrables étincelles). Echelman avait suspendu un filet de fibres tressées, pesant 1,75 tonne, au-dessus de l’esplanade à l’extérieur du centre des congrès de la ville; le soir, ce filet scintillait de projections mobiles colorées qui bougeaient et changeaient de couleur au gré des signaux qu’envoyaient les milliers de téléphones cellulaires des gens qui passaient en dessous. Outre cette structure, l’œuvre comportait un ensemble de haut-parleurs qui réagissaient aussi à l’activité des cellulaires en émettant des sons semblables à des chants de baleine. Comme l’artiste le faisait remarquer, l’œuvre, «incomplète sans l’apport du public», procurait une expérience forte et troublante – comme si on entrait

dans une partie du spectre lumineux que nos yeux ne sont pas faits pour enregistrer. «J'espère, disait Echelman, que les visiteurs se sentiront davantage connectés aux gens autour d'eux, tant à leurs voisins qu'à des inconnus[72].» Voilà un concept noble et une expression artistique légitime. Mais peut-on dire que l'œuvre a un style? N'est-ce pas plutôt l'expression d'une sorte d'anti-style? Qu'adviendra-t-il de la culture, dans le sens large du terme, quand ce genre d'immenses œuvres collaboratives se répandront? Sur un site Web appelé StyleFactory, par exemple, les utilisateurs votent pour choisir quels modèles de meubles l'entreprise devrait produire. Cette approche collaborative et décentralisée de l'expression (si louable à maints égards) montre ici son côté négatif: nous n'exprimons pleinement que ce qui a reçu le sceau d'approbation du plus grand nombre.

Dans l'intervalle, des chercheurs de chez Google ont créé DeepDream, qui fabrique des œuvres d'art (chères) en jouant avec le logiciel de reconnaissance d'images de Google: DeepDream recherche des motifs familiers dans toute image qui lui est présentée, puis il les amplifie, produisant ce que d'aucuns ont appelé de «l'intelligence sur LSD[73]». Par exemple, si vous montrez une plage à DeepDream, celui-ci pourrait voir un motif de dinosaure dans les volutes de sable et orienter ce dinosaure de manière à le rendre plus évident. Cette œuvre d'art originale n'est, au fond, qu'une fantaisie algorithmique issue du traitement d'énormes masses de données obtenues par externalisation ouverte, c'est-à-dire la participation du public.

Au cours de l'été 2015, un an après la conférence TED où j'ai vu ce réseau de lumière en technicolor, l'artiste et auteur Douglas Coupland m'a offert un livre intitulé *Search*, qu'il avait produit pendant un séjour comme artiste en résidence au Lab de l'Institut culturel de Google à Paris. Sur les pages surdimensionnées étaient imprimées d'énormes listes de recherches sur Google. Après avoir sélectionné mille mots courants, Coupland a utilisé pendant un mois les algorithmes géniaux de Google pour passer au peigne fin des milliards et des milliards de rapports quotidiens, afin de déterminer comment ces mots étaient utilisés dans les demandes de recherche sur Google en anglais. Pour chaque mot, les demandes de recherche les plus fréquentes étaient minutieusement alignées sur une page. Par exemple, une page intitulée «Réponse» commence par «Quelle est la réponse à la vie, à l'univers, à tout?» et se termine par «Comment répondre à la question

"Parlez-moi de vous"?». La demande la plus fréquente pour «devrait»? *Quel devrait être mon poids?* Pour enfant? *Pension alimentaire pour enfant*. Et ainsi de suite.

Plusieurs milliards de questions privées ont ainsi été tabulées et classées. On y trouve pêle-mêle Caitlyn Jenner et les caméras de surveillance, la Saint-Valentin, le syndrome de choc toxique, un courrier du cœur, le football, *Hunger Games*, Mars et le réchauffement climatique. Le livre n'est pas vraiment une œuvre d'écriture, mais la plus grande œuvre d'art d'objets recyclés de l'histoire. C'est avec beaucoup d'émotion que je l'ai feuilleté, car j'avais dans les mains un exemple de l'esprit de ruche bourdonnant pour lui-même. Internet avait peint son autoportrait.

Au XIX^{e} siècle, la création à partir de perspectives individuelles a-t-elle toujours un sens? Voici un exercice mental: si je prenais un livre comme *Search* de Coupland et faisais des références croisées avec mon propre historique de demandes de recherche, je pourrais déterminer si je suis ou non dans l'air du temps et à quel point ma curiosité est en phase avec celle du monde anglophone. Une jeune bolée de Palo Alto pourrait sans doute créer une telle application pendant son heure de dîner…

Le plus intéressant dans tout cela est notre capacité à nous synchroniser, à juger nos propres choix et croyances à l'aulne de ce collectif gigantesque. Plus on est collectif, plus le style individuel semble affecté. Pas de souci, les spécialistes du marketing nous assurent que la *prochaine* technologie remettra l'accent sur le style personnel, que la *prochaine* technologie nous permettra d'être des penseurs vraiment indépendants.

En 1984, Ridley Scott a réalisé pour le Super Bowl une publicité qui promet justement ce genre d'indépendance. Un véritable chef-d'œuvre. Dans un brouillard bleuté, des rangées et des rangées d'automates au crâne rasé sont assis en silence tandis que Big Brother donne ses instructions sur un immense écran de télévision. N'y a-t-il personne pour sauver ces âmes emprisonnées? Oui! Une jeune femme aguichante (jouée par l'athlète et mannequin Anya Major) arrive en trombe et court vers la caméra en brandissant une masse qu'elle lance sur Big Brother, fracassant l'esprit de ruche, pour le remplacer par… Apple. La société, à l'époque très avant-gardiste, se positionnait comme le seul espoir au monde contre le préhistorique IBM.

La publicité, intitulée 1984, d'après le roman dystopique de George Orwell, est un merveilleux exemple de la duplicité que vendent les entreprises technos. Des iPads aux montres intelligentes, en passant par les logos lumineux qui émanent des ordinateurs portables dans les espaces de travail partagés, rares sont les entreprises qui ont homogénéisé le style personnel comme Apple. Ses produits déterminent la façon dont nous nous écrivons, clavardons, partageons les nouvelles, composons de la musique et voyons notre propre vie. Comble de l'ironie, la commercialisation de ses produits est toujours encadrée par le slogan rebelle: «*Think different* (Penser différent)». Doris Lessing a décrit ce paradoxe:

> Les Occidentaux… auront toujours d'eux-mêmes une idée qui ressemble à ceci… Mon esprit m'appartient, je choisis mes opinions, je suis libre de faire ce que je veux… Les Occidentaux peuvent donc vivre toute leur vie sans jamais songer à analyser cette très flatteuse image et, de ce fait, sont impuissants à résister à toutes les pressions qui les incitent à se conformer en toutes choses[74].

Le coup de masse dans la publicité d'Apple ne détruit pas l'écran: elle le démultiplie. Pour développer un véritable style, comme l'entendait Crisp, il faut se retirer de cette scène scintillante, ou, au moins, s'indigner de ce spectacle affligeant. Ce n'est pas en remplaçant un Big Brother par un autre que nous pourrons acheter une pensée indépendante. Il est d'ailleurs inscrit dans notre ego que nous sommes des penseurs libres et indépendants. Mais, comme l'avait pressenti Doris Lessing, cette conviction nous rend aveugles aux forces qui cherchent à détourner nos gestes et nos expressions à leur profit.

Crisp connaissait bien le fléau que représente le «style populaire», et pas seulement à cause de la violence des gangs londoniens. Il est arrivé à l'âge adulte dans un monde où les médias commençaient à peine à atteindre les masses. Il a vu les nazis, en technologues avisés, utiliser la radio pour endoctriner les foules et les gagner à leur doctrine haineuse. (Le ministre de l'armement d'Hitler, Albert Speer, l'a d'ailleurs admis aux procès de Nuremberg: «Grâce à des dispositifs techniques, comme la radio et les haut-parleurs, 80 millions de personnes ont été privées de pensée indépendante. Il a ainsi été possible de les assujettir à la volonté d'un seul homme[75].») Aux États-Unis, Crisp a été témoin du détournement des médias de masse à des fins commerciales, voire politiques. Endoctrinement ou commerce,

Crisp était convaincu que, pour garder intacte l'idée qu'il avait de lui-même, il devait rester loin de ces médias. Le style n'est pas uniquement une façon de s'exprimer, c'est aussi un moyen de se *connaître* soi-même. C'est l'ultime et seule riposte à la question de la foule hostile: *Pour qui vous prenez-vous?*

J'admirais déjà Quentin Crisp quand j'étais encore un adolescent «dans le placard». Un bibliothécaire de mon école avait exposé un exemplaire de ses mémoires dans la vitrine des autobiographies et je l'avais emprunté. En y repensant, je me rends compte que ce livre n'a pas eu beaucoup d'influence sur ma sortie du «placard». Par contre, je ne savais pas à l'époque combien il était facile pour les autres de me coller une étiquette, car il ne m'était jamais venu à l'esprit que je méritais une étiquette. Je me sentais donc libre de chanter des comédies musicales à tue-tête allongé sur le plancher de ma chambre à coucher (au grand dam de mon père dans le couloir); libre de balbutier, en 9^{e} année, que les océans étaient de «douces métaphores de l'utérus» (les autres garçons ricanant dans mon dos); libre de lire Quentin Crisp dans le corridor à l'heure du dîner. Tout cela, parce que je jouissais de l'inconscience singulière du solitaire.

Je ne ressemblais en rien à Crisp, évidemment. Crisp était un être audacieux, insolent, direct: j'étais un garçon boutonneux affublé de pulls kangourous trop grands pour lui. Néanmoins, Crisp a été le premier à me convaincre qu'il n'y avait rien de mal à être un marginal empoté; que ce pouvait même être remarquable. Je fixais la photo de Crisp sur la page de couverture de l'édition de poche, ce visage décomplexé tout barbouillé de fard à joues. Il était une sorte d'incantation, un appel à une nécessaire différence.

Ce n'est que maintenant, quand je repense à la vie de Crisp, que je me rends compte que son message ne s'adresse pas uniquement aux jeunes gais. Il devrait être le saint patron des temps modernes. Nous aurions tous avantage à nous affranchir des diktats des masses.

Pour ce faire, j'ai d'abord arrêté de vérifier mes analyses Twitter; le nombre de mes *followers* diminue parfois un peu, comme un banal rappel à l'ordre. Un geste aussi insignifiant que l'abandon de Twitter a été suffisant pour me rendre une portion de moi-même et me faire revenir à un «je» plus nature. En revanche, moins je m'inquiétais des réactions des autres, plus je

remettais en question des modes d'expression qui m'avaient semblé naturels. Les messages que je mettais en ligne n'étaient absolument pas «moi»; ils étaient des réponses apprises aux rétroactions positives des autres. Et c'était justement ce que je cherchais à éviter maintenant; je voulais être mon propre algorithme.

Crisp avait pitié des gens incapables de se réserver des moments de solitude; c'était *eux* les victimes, pas lui. En voyant ses amis hyper branchés allumer la radio ou la télévision en guise de fond sonore, il comprit que ces appareils «n'avaient pas pour fonction de divertir, mais d'enterrer le tic-tac de toutes les horloges[76]». Il découvrit que la plupart de ses connaissances craignaient les moments de vide – le soi-disant «temps libre». Terrifiés par ces moments inoccupés, ils allaient au cinéma… En entrevue en 1983, Crisp se plaignit des Américains: «Ils s'assoient devant la télé et critiquent constamment les émissions qu'ils regardent, mais sont incapables d'en détourner les yeux[77].» (Plus loin dans l'entrevue, il ajoute que les gens qui s'ennuient ne savent tout simplement pas être seuls.) C'est par cette transfixion que les spectateurs baignent dans l'air du temps et tournent le dos aux moments de solitude qui leur permettraient de se forger un style indépendant.

Évidemment, cette mue exige un peu d'impertinence au début – voire de scandale. Pour être indépendant comme l'était Quentin Crisp, il faut renoncer au désir de plaire, d'être aimé, partagé ou suivi. Il y a quelque chose de terrifiant à se distinguer de la sorte, mais pourtant moins terrible que de se fondre dans la masse.

---

a La première forme de télégraphie (écriture à distance) a été le système de sémaphores utilisé en France à l'époque napoléonienne. Il consistait en une série de tours construites en terrain élevé et couronnées de trois bras mobiles; ces bras pouvaient être disposés de 98 façons différentes – bien suffisantes pour un langage des signes complet.

Les surintendants des tours successives pouvaient lire le message par télescope, le reproduire sur leur propre tour et le faire passer à la station suivante, et ainsi de suite. Des messages pouvaient ainsi être envoyés rapidement d'un bout à l'autre de la France, ce qui augmenta

considérablement l’efficacité et la puissance de l’armée de Napoléon. Ce n’est qu’un demi-siècle plus tard que ce système fut rendu obsolète par le télégraphe électronique.

6
Goûtez-moi ça

John McCarthy, le premier scientifique américain à utiliser l'expression *intelligence artificielle*, poussa l'audace jusqu'à affirmer que les appareils technologiques pouvaient avoir des opinions et des croyances. C'était en 1979. Il était l'un des bonzes vieillissants du boom des ordinateurs; à l'époque, toutes sortes d'exagérations résonnaient entre les murs du MIT et de Stanford (McCarthy enseignait aux deux). «On peut dire de machines aussi simples que des thermostats qu'elles ont des croyances», écrivit-il dans un article[78].

Le philosophe américain John Searle, d'un naturel moins optimiste, trouvait cette notion difficile à avaler. Il demanda un jour à McCarthy de préciser sa pensée: «Quelles sont les croyances de votre thermostat?» À son grand étonnement, celui-ci lui répondit sans hésiter: «Mon thermostat a trois croyances: il fait trop chaud ici, il fait trop froid ici et la température est parfaite ici[79].»

Est-il possible qu'un appareil technologique ait une préférence pour quelque chose? La distinction entre les intentions humaines et informatiques devient de plus en plus floue. C'est ce que j'ai compris quand un de mes amis m'a vanté son nouveau thermostat Nest. Connecté au nuage de Google, il avait enregistré tous ses déplacements afin d'optimiser la consommation énergétique de sa maison. «Nest n'aime pas que je rentre tôt à la maison, dit mon ami, en tapant sur le boîtier lumineux noir au mur de son salon. Il aime que j'aie une routine; cela lui permet de prendre de meilleures décisions.»

Ce très léger glissement – *il peut prendre de meilleures décisions* – est crucial. Si nous commençons à laisser un thermostat prendre une décision qu'il *croit* la meilleure, nous laisserons bientôt des technologies plus complexes avoir des opinions plus complexes. Comme mon ami, qui se sent

incité à avoir une vie réglée parce que c'est ce que préfère un thermostat fabriqué, nous finirons par nous laisser influencer au sujet de toutes sortes de choses qui relevaient auparavant de choix personnels.

Cette influence donne particulièrement froid dans le dos quand on pense au *goût*. Si on croit qu'un logiciel informatique, tellement plus rationnel et tellement mieux informé que nous, *pense* qu'une chose est meilleure qu'une autre, nos choix de lecture, de musique, de cinéma en ligne deviennent de moins en moins indépendants et de plus en plus manipulés. Les suggestions sur Netflix, iTunes et Amazon, toutes produites par externalisation ouverte auprès des utilisateurs, commencent à nous paraître naturelles. Si on croit qu'un appareil technologique peut avoir une croyance, il n'y a plus qu'un pas pour se convaincre que sa croyance a plus de poids que la nôtre. Nous avons tous acquiescé un jour à la suggestion d'un algorithme sur un sujet ou un autre.

Voilà. Pourquoi aimons-nous attribuer des croyances à nos technologies? Pour trouver une réponse à cette question, je suis allé voir John Searle (le détracteur dans le vieux débat sur le thermostat). Je voulais savoir si, quatre décennies plus tard, sa position avait changé. Après tout, on ne parle plus seulement de thermostats: les logiciels d'intelligence artificielle cherchent à résoudre des mystères scientifiques; ils écrivent des romans; ils peignent des portraits; ils corrigent même des essais de premier cycle universitaire. Peut-on maintenant dire qu'ils ont vraiment des croyances?

«Non, je pense toujours que ces idées sont idiotes.»

Maintenant âgé de 83 ans, le professeur Searle est rasé de près et n'a pas la langue dans sa poche. Trônant dans ses bureaux de Moses Hall sur le bourdonnant campus de Berkeley, il change légèrement de ton: «Il n'y a jamais eu d'animosité entre McCarthy et moi.»

Je fronce les sourcils et lui demande: «Mais vous ne croyez pas qu'un jour, une machine pourra penser?

— Ah, c'est la mauvaise question. Évidemment qu'une machine peut penser. *Nous* sommes des machines et *nous* pensons. Vous voulez plutôt savoir si un *ordinateur* peut penser. Non, il ne le peut absolument pas.

— Alors, quelle est la différence cruciale? Qu'est-ce qui limite un ordinateur?

— Les ordinateurs traitent des calculs. Ils brassent des symboles dans un circuit. Ce n'est pas en brassant des symboles qu'on peut accéder à la conscience. Pour qu'une conscience et que des *croyances* existent, il faut un mécanisme causal.

— Comment savez-vous que le sens de soi vient d'un mécanisme causal et non d'un tas de données qui circulent dans notre cerveau?

— C'est très simple. Quand je joue avec les causes, je joue aussi avec les effets. Chaque jour, je bois du cabernet sauvignon et je constate que cela a un effet sur ma conscience. Nos cerveaux sont des machines, comme les ailes d'un oiseau ou la pompe cardiaque dans votre poitrine. Nous ne pourrons pas construire d'intelligence artificielle avant de connaître précisément la mécanique du cerveau. Mais les gens ne comprennent pas ça. Ils pensent qu'ils peuvent y arriver avec des chiffres abstraits. Mais il faut connaître la bioingénierie, la chimie.»

Searle estime que le test de Turing (le fameux test d'Alan Turing pour prouver si, oui ou non, un ordinateur donné est doté d'«intelligence») est une «erreur monumentale». Dans un test de Turing, un humain anonyme et un ordinateur sont cachés derrière un rideau. Un autre humain converse avec les deux par message texte. S'il est incapable de distinguer lequel de ses interlocuteurs est l'humain, alors l'ordinateur a passé le test et est réputé «intelligent». Pour Searle, ce genre de test passe à côté du sujet, car il présuppose qu'avec suffisamment de puissance de traitement, nos ordinateurs pourront développer de véritables croyances. Mais les mégadonnées n'impressionnent pas le philosophe.

L'idée fausse des «ordinateurs pensants» pourrait être dangereuse. Plus nous serons convaincus que nos ordinateurs et nos plateformes en ligne ont des croyances propres, plus nous serons portés à calquer nos préférences et nos goûts personnels sur les offres séduisantes et intrigantes qui émanent de nos écrans lumineux. Or, comme ces technologies utilisent l'externalisation ouverte et le tri d'énormes quantités de données pour déterminer leurs soi-disant «préférences», notre goût personnel ne peut qu'être éclipsé par le goût collectif.

Bois de pin ou bois de teck? Polyester ou soie? Carrie Underwood ou Antonio Vivaldi? C'est par des choix aussi superficiels que nous formons nos opinions les uns des autres, et aussi de nous-mêmes. Récemment, bien

calés dans notre sofa, Kenny et moi avons décidé que nous ne regarderions plus un seul épisode de *Chopped*. Voici ce qui s'est passé quand nous avons parcouru iTunes à la recherche d'un film à regarder. «Pourquoi pas le documentaire sur les tatous? Tu *adores* les tatous.

— Cote globale de *deux* étoiles? Il ne faut quand même pas viser trop bas.» Il n'y avait aucun débat, que de la navigation. Nos opinions, notre impression de la bande-annonce, le nom du réalisateur et ainsi de suite n'avaient aucune importance – nous ne faisions que répéter un système de cotation hautement directif. En plus, nous étions en train de manger les mets thaïlandais d'un restaurant choisi au sommet d'une liste Yelp, tout en écoutant d'une oreille distraite une liste de musique commanditée par les programmateurs de génie derrière les produits Monsieur Net. Rien de ce que nous consommions n'avait le moindre lien avec nos goûts personnels; nous mastiquions plutôt une sorte de porridge culturel sélectionné pour nous. Mais qui l'avait préparé?

Ai-je vraiment choisi *Pitch Perfect 2*, ou était-ce la décision collective d'une foule envahissante? Ou, plus étrange encore, le sens de l'esthétique d'un algorithme désincarné?

J'ai discuté avec Matt Atchity, l'éditeur en chef de l'agrégateur de critiques de cinéma Rotten Tomatoes. Son travail consiste (et je cite) à «être un crieur public» qui informe le monde entier de l'opinion d'un tas de critiques de cinéma de partout au pays au sujet de *Mad Max* ou *Avatar 2*. Il lui arrive de faire des apparitions dans les médias et d'accorder des entrevues, mais son site Web et lui servent surtout de filtre à travers lequel les opinions de centaines de critiques professionnels sont représentées par une simple moyenne. Le goût personnel de critiques individuels est noyé dans le courant des opinions des masses, comme autant de galets polis dans le lit d'une rivière. «Je me sens comme un messager, m'a confié Atchity. Je ne me vois pas comme un critique, mais j'occupe cette fonction pour un certain nombre de sources médiatiques.» Et pour les millions de visiteurs de Rotten Tomatoes (comme Kenny et moi), qui choisissent des films en se basant sur les cotes du site, lesquelles ont d'ailleurs été importées sur Netflix et intégrées à la description de chaque film. Selon une récente enquête Nielsen, menée auprès de 28 000 personnes dans 56 pays, seules les recommandations personnelles sont jugées plus fiables que ces critiques

en ligne[80]. La confiance en ces sources a augmenté de 15 pour cent en quatre ans.

En permettant à des sites comme Rotten Tomatoes de choisir les films, les aliments et les chansons que nous consommons, nous adhérons au mythe de la neutralité et de l'objectivité de ces sources. Est-ce une façon de combattre l'élitisme, d'aplanir le paysage critique? C'est en tout cas une méthode rationnelle, basée sur les opinions de beaucoup de gens. C'est forcément *ce qu'il y a de mieux*. Nous nous laissons influencer par la quantité plutôt que la qualité. Nos agrégateurs de goût ont laissé le mythe du goût inné et consensuel, exprimé sous formes d'étoiles de mérite et de cotes de popularité irréprochables, prendre de telles proportions qu'il en est devenu invisible.

Nous oublions dans tout cela que le goût n'est jamais inné. Si nous ne prenons pas nos propres décisions esthétiques, quelqu'un ou quelque chose d'autre le fera à notre place. Les listes de bestsellers guident les lecteurs depuis le XIX^{e} siècle, et dès l'invention des journaux, les médias de masse ont tout influencé, du choix de la nourriture pour animaux de compagnie aux destinations de voyage. Cette nouvelle mouture est toutefois plus pernicieuse. Le monde entier se penche au-dessus de la table, approche une cuiller à deux centimètres de vos lèvres closes, et murmure tout sourire: *Go*û*tez-moi* ç*a*.

Pourquoi ouvrons-nous la bouche?

Par nécessité. Il y a tellement de contenu culturel que nous ne pouvons plus l'analyser tout seuls. Dans les années 1980, la notion de «paradigme de l'information», soit la limite de saturation après laquelle on ne peut plus absorber d'information, est apparue[81]. À cette époque, on y voyait une affectation – une réaction exagérée au maelström de l'offre arrivant sur le marché. Aujourd'hui, on peut parler de «charge culturelle». Combien de chansons, livres, films et mèmes pouvons-nous absorber et évaluer avant de crouler sous toutes ces suggestions impossibles à suivre?

Nous sommes confrontés à ce que le psychologue Barry Schwartz appelle le paradoxe du choix. On a toujours cru qu'avoir l'embarras du choix nous rendrait plus libres et, par conséquent, plus heureux (215 sortes de boissons gazeuses = le rêve américain). Or, en réalité, cette

surabondance a l'effet contraire. Selon Schwartz, les innombrables options auxquelles les citoyens de l'âge des écrans sont exposés les «paralysent au lieu de les libérer[82]». Prenons comme exemple les œuvres d'art, la musique et la littérature partagées en ligne pendant la minute qu'il faut pour lire le présent paragraphe: 72 heures de vidéos téléchargées sur YouTube; 5,5 millions de vidéos visionnées sur Snapchat; et 216 000 photos postées sur Instagram[83]. Jetez simplement un coup d'œil au contenu diffusé en continu pendant une seule minute, et que vous avez manqué parce que vous étiez en train de lire ces quelques phrases, et vous sentirez un nœud dans la gorge; vous êtes déjà complètement dépassé! Vous cherchez à vous raccrocher à quelque chose, *n'importe quoi*, pour donner un sens à toutes ces bribes d'art, de culture et de prétendue beauté. On ne parle plus de tour de Babel, mais de méga-pole de Babel, où nous errons désespérés.

L'une des entreprises qui sauta dans la mêlée à Babel City est Songza, un site de diffusion de musique en continu qui a été racheté par Google et incorporé en 2015 dans la plateforme Play Music. Songza a produit des centaines de listes de musique que les utilisateurs pouvaient choisir selon leur humeur ou leurs activités plutôt que leur préférence pour un groupe ou un compositeur. *Vous faites du ménage? Voici ce qu'il vous faut*. L'approche intuitive et accrocheuse de Songza en a fait un gentil programmateur qui plaît à tout le monde. Pas besoin de savoir quels groupes sont «cool», choisissez plutôt de la musique pour un cocktail avec des gens «cool».

Elias Roman, le cofondateur du site, n'a pas l'air du geek techno typique (il est musclé et beau garçon) et sa conversation est tout aussi étonnante. Pour lui, l'«oppression du choix» est ce qui le préoccupe le plus dans son travail. Une phrase qui fait écho au paradoxe du choix de Schwartz – mais en plus sombre. Schwartz (qui, à 70 ans, a pratiquement deux fois l'âge de Roman) a prédit un monde où la surabondance de choix mène à la désaffection, tandis que Roman y voit un problème beaucoup plus grave, une forme d'abus qui engourdit les sens et nous rend amorphes. L'approche de programmation de Songza – ces listes de chansons basées sur des activités ou des humeurs – était de parcourir l'océan de contenu disponible et de faire des choix à notre place. «Songza doit vous connaître mieux que vous ne vous connaissez vous-même», explique Roman.

Il m'est arrivé très souvent de laisser des sites de repérage comme le sien me guider dans la cité de Babel. Quel livre devrais-je lire? Facile: *Harry Potter et l'Enfant maudit* est en tête des ventes sur Amazon (pour le moment). Quelle serait la meilleure trame sonore pendant mon jogging? Élémentaire: je tape «liste pour courir» dans YouTube et je clique sur celle qu'un demi-million d'autres coureurs ont aimée. Mais plus je réfléchis aux forces d'agrégation dans ma vie, plus je me demande ce *qui vaut la peine* et ce que je *devrais ignorer*. Ai-je des goûts à moi? Pourquoi est-ce si facile de se laisser influencer par les masses?

En 1951, 50 étudiants de l'université Harvard ont été amenés, un par un, dans une petite pièce où ils pensaient passer un examen de la vue. Chaque étudiant était accompagné de six comédiens qui étaient censés avoir le même test. Le professeur Solomon Asch, lauréat de la bourse Guggenheim et pionnier de la psychologie sociale, avait préparé les comédiens qui savaient les réponses à toutes les questions. Et le test pouvait commencer: voici une ligne sur une feuille de papier. Voici, sur une autre feuille de papier, trois lignes de longueur différente. Maintenant, pouvez-vous nous dire laquelle de ces trois lignes est de la même longueur que la ligne sur la première feuille? La réponse était très évidente; il n'y avait aucun truc visuel. Tous les participants pouvaient discerner quelles lignes étaient de la même longueur. Et c'est là que l'expérience du professeur Asch commençait vraiment: les acteurs se mettaient à donner des réponses manifestement fausses; à la fin, la majorité des sujets votaient pour la ligne C, alors que tous pouvaient voir de leurs yeux que la réponse était la ligne B. Plus des trois quarts des participants ont changé d'idée au moins une fois et se sont rangés à l'avis erroné des autres[84]. Pendant ce temps, dans un groupe témoin où les comédiens ne donnaient pas de fausses réponses, le taux d'erreur a été de un pour cent. Des études subséquentes ont corroboré les étonnantes découvertes du professeur Asch. Nos certitudes sont facilement ébranlées par les certitudes des autres.

Si on peut convaincre aussi facilement quelqu'un qu'une ligne courte est longue, comment voulez-vous que je résiste quand tout le monde dit qu'il faut acheter des livres à colorier pour adultes? Les nouveaux arbitres du goût qui apparaissent constamment en ligne sont comme des digues qui retiennent le raz de marée de contenu, tout en influençant nos décisions

esthétiques personnelles. *Cette ligne est plus longue, n'est-ce pas?*, nous murmure la foule. Et nous acquiesçons sans mot dire.

Parfois, ces suggestions ont été concoctées par un groupe sélect d'humains pensants, comme les listes de musique programmées par Songza, mais il arrive aussi qu'elles émanent de nous. C'est ainsi que nous nous retrouvons à l'intérieur d'une «bulle» de filtres, comme l'appelle son concepteur Eli Pariser, directeur général du site d'actualités Upworthy. Cette drôle d'entité se compose d'un grand nombre d'algorithmes «personnalisés» invisibles qui dirigent votre utilisation des plateformes en filtrant le contenu que vous consommez de manière à optimiser les chances de vous faire des offres auxquelles vous ne pourrez pas résister. Si l'algorithme sait que vous cliquerez sur un épisode de *Girls* ou sur le plus récent roman d'Anne Rice, c'est ce qu'il vous proposera. Il vous donnera l'impression d'avoir fait un choix personnel, parce que la plateforme affiche ce que vous voulez consommer *(ooooh, encore ces GIF de Willy Wonka que j'aime!)* mais, en même temps, vous serez captif de la conception qu'un algorithme se fait de votre goût. On ne vous propose pas de choses que vous *ne connaissez pas* ou *n'avez pas encore aimées*. Toute croissance personnelle s'arrête et l'idée de ce que vous aimez n'est qu'une grotesque caricature.

En fait, devant tant de surcharge de contenu, nous n'avons pas d'autre choix que d'avoir recours à l'aide d'outils impersonnels, l'agrégation des goûts de tout un chacun dans un grand tout proposé à tout le monde. «Ce que j'aime» devient «ce que nous aimons», ou, pire encore, «ce que tout le monde aime». Seules les technologies qui produisent cette surabondance de contenu peuvent nous aider à nous y retrouver. En fin de compte, en renonçant à prendre des décisions nous-mêmes, nous acquiesçons à celles du groupe. Nos décisions nous sont soufflées par nos écrans et nous les acceptons comme nôtres.

Voilà comment émerge le nouveau mythe du goût: on nous fait croire que les plateformes numériques peuvent réduire en purée des milliards de voix humaines et obtenir un seul goût *spontané. (Donnie Darko* arrive au troisième rang des meilleurs films sur le passage à l'âge adulte, selon un échantillon de 2579 votes; le nouveau portefeuille pour hommes de Tommy Hilfiger mérite 4,3 étoiles sur 5, selon un échantillon de 2377 votes.) Qui peut réfuter ces verdicts basés sur tant de données? Et, tout naturellement,

nos téléphones, tablettes et technologies de plateforme commencent à jouer le rôle d'arbitres du bon goût.

Dans 20 ans, tout le monde aura oublié la mécanique derrière ce goût oraculaire; nous ne saurons plus que c'était un mythe, ignorant à jamais que nos préférences nous sont dictées. Persuadés de pouvoir prendre les meilleures décisions, nous croirons que nos choix sont les nôtres et ignorerons tout des vents qui nous poussent.

Peut-être est-ce le bon moment pour nous demander qui s'en soucie?

Nos idées ont, certes, toujours été influencées par ce qui nous entoure, mais que se passera-t-il quand les technologies poseront subtilement des jugements sur la qualité des émissions de télé, des livres et des échantillons de tissu? Peut-être *avons-nous envie* de les entendre? (Qui a de meilleures idées au sujet de la température qu'un thermostat?) Eh bien, pensons à cet avertissement de Neil Postman:

> Un jeune homme convaincu que Madonna a atteint le summum de l'expression musicale n'a pas la sensibilité qu'il faut pour distinguer l'ascension de l'humanité de sa chute… Il faut apprendre aux jeunes que tout ce qui en vaut la peine n'est pas accessible instantanément et qu'il existe des niveaux de sensibilité qu'ils ne connaissent pas[85].

Si on fait abstraction de l'opinion négative de Postman sur Madonna, il faut reconnaître que ses propos ne sont pas dénués d'intérêt. Certains «niveaux de sensibilité» ne se prêtent pas au partage en ligne, aux *likes* et aux GIFs rigolos. Certains goûts ne sont pas spontanés, ils doivent être acquis. Or, les technologies de plateforme ne sont pas propices à l'appréciation de toutes les formes d'art et de culture. Les émotions qui ne peuvent pas être réduites à 140 caractères, comme le chaos étourdissant qu'on ressent devant un tableau de Jackson Pollock ou la perfection poignante que laisse entrevoir un roman de Virginia Woolf, doivent se *mériter*. En ligne, le tourbillon de la culture de masse, si agréable et onirique, nous emporte – les goûts du plus grand nombre sont ce qu'il y a de plus facile à consommer – et il reste peu de temps à consacrer à des goûts solitaires plus exigeants. Matthew Crawford fait remarquer dans son livre *The World Beyond Your Head* que le processus d'acquisition du goût adulte est tout le contraire du divertissement: il faut travailler à l'éduquer. «Ce processus a-t-il un avenir? demande-t-il. Le pouvoir d'attraction des stimuli mentaux préfabriqués

nous force à nous poser cette question[86].» De quoi nous privons-nous en renonçant à «éduquer» notre goût, en nous contentant de divertissements approuvés par les masses?

Le titre du livre de James Surowiecki *The Wisdom of Crowds* est souvent transformé en un slogan qui suggère que les masses ont raison. Ses lecteurs savent que Surowiecki est plus subtil que cela. Il décrit comment les connaissances des groupes qui sont trop homogènes stagnent, parce que chaque membre propose progressivement de moins en moins d'information nouvelle. «Les groupes homogènes… deviennent progressivement moins aptes à prendre en compte les opinions dissidentes[87].» Ceux qui permettent aux foules en ligne de dicter leur goût seraient bien avisés d'y penser. Le phénomène qui a pris naissance au XX^{e} siècle avec des sociétés comme McDonald's et Disney, qui produisent des aliments et du divertissement partagés massivement, a été suivi au XXI^{e} siècle par Google et Amazon, qui imposent un goût homogène massivement partagé.

La différence entre l'avant et l'après est qu'aujourd'hui, nous devons cacher l'excentrique en nous, le bâillonner et le protéger des écueils qui le guettent. Faites quelque chose d'original: apprenez une chanson de ralliement que plus personne ne connaît, lisez un vieux roman policier épuisé ou photographiez un coucher de soleil parfait, sans en parler à personne. Il se peut que nous devions construire des cocons plus solides, où nous pourrons divertir notre soi privé. Indépendamment du partage, des commentaires et des pouces levés, sous tout ce flafla étourdissant, il y a des choses plus étranges encore à découvrir.

7
Étranger en terre étrange

Cartographie

Au milieu du roman absurde *Sylvie et Bruno* de Lewis Carroll, le narrateur rencontre un type bizarre appelé Mein Herr. Il vient d'une autre planète, mais s'intéresse beaucoup à la nôtre. Les deux personnages finissent par discuter de l'art humain de la cartographie:

> «La cartographie est une autre chose que nous avons apprise de *votre* Nation, dit Mein Herr. Mais nous l'avons menée beaucoup plus loin que *vous*. Selon vous, à quelle échelle une carte détaillée est-elle vraiment utile?
>
> — Environ six pouces pour un mile.
>
> — *Six pouces* seulement! s'exclama Mein Herr. Nous sommes rapidement parvenus à six yards pour un mile. Puis nous avons essayé *100* yards pour un mile. Et puis nous avons eu l'idée la plus grandiose de toutes! En fait, nous avons réalisé une carte du pays à l'échelle de *un mile pour un mile*!
>
> — L'avez-vous beaucoup utilisée?
>
> — Elle n'a jamais été dépliée jusqu'à présent, dit Mein Herr. Les fermiers ont protesté: ils ont dit qu'elle allait couvrir tout le pays et cacher le soleil[88]!»

Quand j'ai lu cette scène pour la première fois, la carte décrite par Mein Herr m'a semblé avoir un air de déjà-vu. Cela m'a tracassé pendant des semaines. Et puis un jour, alors que je cherchais un café (lire: une toilette) dans une banlieue moche, j'ai compris que Mein Herr avait décrit l'application Google Maps de mon téléphone. S'il m'a fallu autant de temps pour m'en rendre compte, c'est qu'à première vue, la cartographie utilisée aujourd'hui ne *semble* pas couvrir des pays tout entiers. En fait, ces cartes comptent parmi les plus petites jamais produites, quelques centimètres carrés sur une vitre lumineuse. Nous pourrions aussi lever les yeux de nos dispositifs portables et les tourner vers les centres de données de Google, qui sont grands comme des stades et hébergent les dizaines de pétaoctets de photos de rues et d'images satellite dont leur fonctionnement dépend (20

pétaoctets en 2012, lors du dernier recensement). (Pour imaginer la taille d'un seul pétaoctet, imaginez tout le contenu de la bibliothèque du Congrès à Washington et multipliez-le par quatre.) Nous n'en sommes pas conscients en regardant nos téléphones, mais ces pétaoctets couvrent vraiment tout – chaque cul-de-sac, ruelle, dépanneur et jardin potager. Chaque centimètre ou petit recoin autrefois mystérieux de notre planète est cartographié et affiché, géré et étiqueté, par une autorité qui n'a rien à voir avec nous.

Un système de cartographie aussi omniprésent que Google Maps, vers lequel on se tourne à la moindre hésitation, n'est pas qu'un simple outil. Il devient un autre ennemi de la solitude – car, avec lui, vous ne vous perdrez jamais, mais vous ne pourrez jamais vous échapper non plus. Nous avons conçu un guide qui nous suit partout et empêche complètement le voyageur solitaire d'aller là où ses pas le mènent. Aurait-on construit une carte en tous points semblable à celle de Mein Herr qui menace d'étouffer tout ce qu'elle représente?

Au cours de l'hiver 2014, j'ai été amené, pour des raisons professionnelles, à assister à une conférence d'éditeurs qui se tenait à Londres. Les trajets pour me rendre au centre de conférences et en revenir, aller à des rencontres avec un éditeur et à un dîner avec un ami ont tous été gérés exclusivement par Google Maps. Je me suis abandonné à un état de dépendance magique dans lequel je n'avais qu'à suivre chaque étape du voyage avec une obéissance d'enfant: tourner à droite, marcher 50 mètres; attendre deux minutes sur le quai en direction sud de la station Oxford Circus; prendre le train de 11 h 52… Quelque chose de mou, de facile, avait parasité mon expérience, un bras fantôme autour de mes épaules, un compagnon de tous les instants qui me précède en disant: «Permettez-moi…» Plus besoin de risquer de me perdre ni de vivre les angoisses des voyages d'autrefois.

Après la conférence, j'ai passé à Paris un week-end en tous points semblable, sinon pire. En descendant du train en provenance de Londres, j'ai invité une gentille application à me guider vers un hôtel près du centre Pompidou. Il n'y avait rien d'étrange à parler anglais avec la réceptionniste. En fait, il aurait été impertinent de ma part de forcer cette dame, manifestement bilingue, avec son chignon en twist, à faire semblant qu'elle aurait besoin que je lui dise en français «Je suis ici pour le check-in».

Le lendemain matin, Yelp m'a guidé jusqu'à un charmant café dans le Marais. Une fois arrivé là, comme un magicien, j'ai tenu mon téléphone au-dessus du menu et attendu que Google Translate le traduise en anglais. Quand le serveur est arrivé, j'ai parlé dans mon téléphone qui a répété mes mots au *garçon* souriant dans un doux français robotique. Plus tard, au Louvre, j'ai laissé un système de guidage commandité par Nintendo me suivre dans l'escalier Daru, vieux de plusieurs siècles, tandis que je fixais confusément le point lumineux bleu qui m'indiquait où je me trouvais. Je suis resté une minute à regarder une image de la Victoire de Samothrace, dont le buste ailé en marbre velouté était vaguement flou sur l'écran pixélisé, avant de me rendre compte que j'avais la vraie devant moi. Pour résumer, même en ne connaissant rien à la ville ni à sa culture, j'ai vite acquis une aisance qui aurait été impensable cinq ans auparavant.

Pourtant, ce n'est que pendant le trajet de retour (organisé) à l'aéroport de Heathrow que je me suis rappelé avec étonnement que les choses n'ont pas toujours été comme ça; j'ai déjà voyagé autrement.

C'est le chariot à fruits qui a été le déclencheur. En déambulant sur un trottoir à Londres, j'ai croisé une pyramide de pommes et, avec une force toute proustienne, le souvenir d'un précédent voyage dans cette ville m'a envahi. Je me suis figé net et j'ai mis mon téléphone dans ma poche en regardant, bouche bée, autour de moi. Soudain, j'ai reconnu cette rue. J'y étais déjà venu.

J'avais 20 ans la première fois; j'étais perdu et seul. Arrivé du Canada la veille, j'avais passé une courte nuit dans une auberge miteuse d'Earls Court. Un nouveau perçage dans le cartilage supérieur de l'oreille gauche me faisait encore souffrir et un énorme sac à dos me cisaillait les épaules. J'étais à la recherche de l'arrêt d'autocar où devait débuter mon voyage dans la région des Lacs. Pas de chance, l'arrêt avait été déplacé de plusieurs pâtés de maisons. J'étais furieux, décontenancé et essoufflé d'avoir couru comme un fou. En plus, j'avais manqué mon autocar. Heureusement, un homme qui vendait des pommes m'indiqua (accent cockney compris) un raccourci par une ruelle tordue. Dans l'autocar suivant, j'ai rencontré un garçon, Jonathan, et j'ai eu un coup de foudre; avant même d'arriver à Stonehenge, nous avions laissé tomber l'excursion. Pendant les quelques semaines qui ont suivi, durant toute notre relation, nous étions constamment perdus.

Nous étions perdus quand nous avons échangé notre premier baiser, dans l'herbe haute à des kilomètres de quelque auberge dans le grenier d'un pub; nous étions perdus dans des collines parsemées de moutons et dans les jardins de propriétés dignes du château *Brideshead*; nous étions perdus dans les rues d'Édimbourg, la nuit où Elton John a chanté *Crocodile Rock* derrière le mur de pierre du château de la ville. Nous nous perdions tout le temps et ce manque d'orientation était une partie inhérente de l'affection que nous éprouvions l'un pour l'autre. J'ai aussi été perdu quand Jonathan a choisi sa foi catholique plutôt que moi et a disparu. Il n'existait ni Facebook ni Instagram pour le traquer. Je me suis donc effondré sur les rives de la Tamise avec mes pulls trop grands pour moi et mon air renfrogné. J'ai écouté une cassette de chansons tristes de Jeff Buckley que Jonathan m'avait offerte le soir où il est rentré chez lui en Australie. J'étais perdu, amoureux et atrocement seul.

C'est à ce moment-là que l'excitation juvénile d'être perdu vira à l'expérience existentielle: j'avais le cœur brisé et je voulais désespérément être trouvé.

Il arrive parfois, comme par miracle, quand on est jeune et très amoureux, qu'on ait envie de se perdre pour le plaisir. Mais, la majeure partie du temps, c'est le désir de ne *pas* se perdre qui prend le dessus – le besoin d'être rassuré dans une grande ville inconnue comme dans les affres de la cinquantaine.

Ce désir remonte aux tout débuts de l'humanité. À Lascaux, en France, les humains du Paléolithique ont cartographié les étoiles qu'ils voyaient chaque nuit en peignant des points sur les murs de cavernes. Et nous ne nous sommes jamais arrêtés depuis. Chaque carte, quel que soit son degré de précision, représente une tentative de réduire des espaces immenses et incertains en un territoire intelligible. Mais, quand on a besoin de la représentation abstraite d'un territoire trop vaste pour pouvoir s'y retrouver tout seuls (un plan des rues de Londres, une carte du ciel), force est d'admettre, comme le disait Marshall McLuhan, que «ces outils ont le pouvoir d'engourdir la perception humaine[89]». (Peut-être est-ce justement ce que nous cherchons.) Nous voyons plus de choses, mais seulement à travers une lentille cireuse. Nous sommes en sécurité et encadrés, mais aussi appauvris.

Aujourd'hui, le désir de ne pas être perdus, d'avoir une place dans la jungle de nos vies, a été satisfait comme jamais auparavant. Si vous le voulez, toutes les merveilles du monde peuvent être étiquetées et présentées sous forme de pixels lumineux. Mais, dans la foulée, le voyage est devenu un exercice dans l'art de ne *pas* se perdre; finies les hésitations, vive la surveillance constante des systèmes parentaux nuagiques, qui procurent un sentiment suprêmement réconfortant, assorti d'une forte dépendance. Quand je me suis figé devant cet étal de fruits, envahi par les souvenirs de la vieille époque où nous étions encore autonomes, j'ai été forcé de me demander à nouveau: à quoi avons-nous renoncé en échange? Qu'est-ce qui a changé entre mon aventure à l'aveugle en Angleterre et sa version Google Maps? Est-ce seulement moi qui ai vieilli et suis moins ouvert qu'autrefois ou est-ce qu'un changement capital est survenu?

Dans son bureau de l'université de l'Oregon, la professeure Amy Lobben est assise devant un immense tableau noir totalement démodé. Elle observe les nouveaux étudiants s'orienter en hésitant dans le réseau de sentiers qui sillonnent le campus. Une étagère, remplie de livres, de vieux instruments de cartographie et de cartes anciennes couvre entièrement un mur.

Nous parlons des façons dont les humains s'y prennent pour comprendre le monde qui les entoure. Lobben va droit au but: «Votre carte mentale personnelle ne ressemblera jamais à une Google Map. Ce n'est tout simplement pas la façon dont le cerveau encode l'espace.» En effet, les cartes mentales qu'elle décrit sont composées à partir de ce qui a de l'importance pour chacun. «C'est une réaction viscérale et fondamentalement humaine.» On met en évidence les endroits importants et, ainsi, les distances entre le travail et la maison paraissent plus courtes parce qu'on les parcourt rapidement. «Si vous observez le monde, tous les sens en éveil, dit-elle, vous encoderez une carte mentale composée du type d'information que votre cerveau aime recevoir, et cette carte sera différente de toutes les autres.» Votre cerveau apporte sans cesse des retouches à votre carte, il met constamment à jour un atlas changeant que vous seul pouvez lire.

Google tente désormais de «personnaliser» ses cartes. Elles sont dorénavant conçues à partir de nos clics, chaque carte se modifiant légèrement pour inclure les endroits que nous semblons préférer. En plus, les lieux et les commerces préférés des personnes dans notre réseau social

reçoivent un traitement de faveur. À l'automne 2015, quelques années après l'annonce de la personnalisation des cartes, Murali Viswanathan, le directeur principal de produits de Google, a vanté la sélection programmée que la plateforme peut offrir aussitôt que les utilisateurs ouvrent leur système de cartographie: «Avoir le meilleur guide local, c'est bien, mais c'est encore mieux d'avoir le meilleur guide local *conçu pour vous*[90].» Vive l'autonomie! En revanche, les endroits que les algorithmes de Google ont écartés parce que ce n'est «pas votre truc» deviennent plus difficilement accessibles. Évidemment, comme le faisait remarquer le critique des médias Evgeny Morozov, tant et aussi longtemps que la publicité demeurera la principale source de revenus de Google, les algorithmes seront peu enclins à proposer des choses qui ne peuvent pas être monétisées.

Une telle «personnalisation» peut facilement déraper. Selon le professeur Jerry Brotton (auteur *d'Une histoire du monde en 12 cartes*), nous vivons présentement une transition aussi fondamentale que le passage des cartes dessinées à la main aux cartes imprimées: «Les cartes sont devenues inhumaines… mues par les impératifs du commerce en ligne plutôt que par la confrontation avec la réalité terrestre physique[91]. Ainsi, quand Google est le principal distributeur de cartes – plutôt que les gouvernements ou plusieurs sociétés concurrentes –, notre système d'orientation se réduit à la rencontre d'une interminable enfilade de boutiques numériques. On peut aisément imaginer qu'à l'avenir, des commerces ou restaurants qui ne coopèrent pas ou même d'importants points de repère pourraient être «rayés de la carte». La personnalisation qui s'opère dans votre cerveau et celle qu'effectue Google sont de nature différente, car, en réalité, l'expérience de Google est une forme hybride entre les choix de votre cerveau et ceux d'une entreprise.

Cette différence s'observe aussi dans la perspective que les cartes comme celles de Google nous forcent à adopter. En cartographie, la vue à vol d'oiseau que Google emploie est appelée la perspective allocentrique (c'est-à-dire «centrée sur autrui»). La perspective d'une personne qui se promène dans la rue est dite égocentrique. Quand un touriste égaré déplie une carte en papier, il utilise en fait une combinaison de ces deux perspectives. Il regarde autour de lui, regarde la carte, lève à nouveau le regard et s'exclame: «Zut! Je suis perdu!» ou «Que je suis intelligent!» Le voyageur

arrive à une compréhension plus riche grâce à la fusion de ces deux points de vue.

La professeure Lobben soutient toutefois que Google Maps a créé une expérience entièrement nouvelle et beaucoup plus limitée de la navigation. «Dans un sens, appuyer sur le bouton de la facilité aide les gens, mais Google Maps cause aussi beaucoup d'inconvénients. Pour vous déplacer d'un endroit à un autre, vous appuyez sur *Go* et, pendant les 20 minutes qui suivent, vous obéissez à des instructions, les yeux rivés sur votre appareil pendant presque tout le trajet. Je travaille avec des maniaques des cartes à longueur de journée et nous en avons tous été témoins. D'ailleurs, c'est ce que font la plupart des gens, maintenant. Nous sommes devenus des zombies de la navigation. Nous suivons sans réfléchir tout ce que Google nous dit[a].»

«Zombies de la navigation», pas vraiment un compliment. Quels sont, selon Lobben, les problèmes concrets que cause cette obéissance aux instructions de Google?

Cela nous influence de deux façons, me dit-elle. La première, et la plus évidente, est la froideur de cette approche: l'utilisateur s'élève pour profiter d'une attrayante vision allocentrique, abandonnant du même coup le point de vue égocentrique, qui le mettrait en contact avec le rire d'un promeneur de chiens ou les jeux des enfants du voisinage sur le trottoir. La deuxième (moins facilement perceptible) est que Google Maps nous donne l'illusion que nous avons un très bon sens de l'orientation, alors qu'en réalité il contribue à l'atrophier. «Or, le sens de l'orientation est intrinsèquement humain, dit Lobben. Il est très important dans la vie de tous les jours et a probablement joué un rôle clé dans l'évolution humaine. La possibilité pour nos ancêtres de se déplacer vers une source d'aliments et d'en revenir était essentielle. Et voilà que, tout d'un coup, on nous fournit un outil qui nous permet de nous orienter sans avoir à réfléchir et on laisse tomber.» Si le sens de l'orientation, qui nous a permis d'explorer des territoires mystérieux, a toujours été un facteur inhérent à notre survie (s'il a, en fait, permis à nos ancêtres de survivre et de transmettre leurs gènes). en y renonçant, nous renonçons à une partie de nous-mêmes.

Notre conversation porte brièvement sur les cartes anciennes qui décorent les murs du bureau de Lobben. J'ai fait un commentaire sur les

monstres marins et les géants que les anciens cartographes dessinaient dans les zones qui leur étaient inconnues, métaphores visuelles de leur propre anxiété, ignorance. Je lui demande: «Où sont les monstres marins sur les cartes de Google, pensez-vous?»

«On dirait qu'il n'y en a pas, dit-elle. Tout semble y être. C'est là sa monstruosité, non? La carte a une telle autorité. Une génération entière grandit avec Google Maps sans se poser de questions. Elle laisse Google lui montrer ce qu'est le monde. Les générations précédentes, ayant grandi avec plusieurs cartes dont les représentations étaient différentes, savaient que les cartes n'étaient que des *idées* de la façon dont le monde était organisé. Que des idées. J'ai moi-même grandi en regardant tellement de cartes différentes que je savais qu'il y avait plusieurs façons de voir le monde et que je devais m'en faire ma propre idée. De nos jours, les gens, mes étudiants les premiers, pensent qu'il y a *une seule* carte. Eh bien, il n'y en a pas qu'*une*.»

Mais, bien avant que Google Maps ne crée le sentiment d'une pureté partagée de l'expérience de s'orienter, il existait déjà d'autres cartes qui tendaient vers une vision unique de la vérité.

Pensons à Gerardus Mercator, un cartographe du XVI^{e} siècle, qui produisit une carte extraordinaire en 1569. Sa carte dressait un portrait des côtes lointaines avec une précision jamais atteinte auparavant. Pour la première fois, les courbes rhombiques que les marins traçaient sur les globes terrestres pour naviguer en haute mer étaient transposées en deux dimensions – ce qui a entraîné d'importantes percées dans la navigation. Auparavant, la plupart des cartes étaient pratiquement inutiles pour la navigation en haute mer, chaque erreur et mauvaise interprétation pouvant se terminer en naufrage. La carte Mercator arriva juste au bon moment, alors que des nations entières se lançaient à l'assaut du monde pour bâtir leurs empires. Elles étaient, évidemment, décorées de quelques illustrations fantastiques dans les marges: un petit Triton sur son cheval dans le sud du Pacifique; des monstres marins effrayants; d'horribles cannibales dans les Nouvelles Indes; et des géants en Patagonie (les bobards de Magellan y sont pour beaucoup). Naturellement, plus on s'éloignait de l'Europe, plus Mercator laissait libre cours à son imagination. Malheureusement, de manière plus insidieuse, la carte de Mercator, qui fut un temps la représentation la plus répandue de la planète, était complètement inexacte.

Ce n’est qu’en 1973 que l’historien allemand Arno Peters a clairement démontré qu’aplatir une planète en trois dimensions sur un seul plan, comme le faisait la carte de Mercator, causait une distorsion considérable de la taille des pays en fonction de leur éloignement de l’équateur. Nous avons tous grandi en étudiant une carte qui donnait l’impression que le Groenland était aussi vaste que l’Afrique alors qu’il est 14 fois plus petit. De même, sur la carte Mercator, l’Europe apparaît à peine plus petite que l’Amérique du Sud. Or, celle-ci est deux fois plus grande que l’Europe. La vision «corrigée» que Peters a proposée, qui réduisait l’Europe à une tache insignifiante dans le haut de la carte, est maintenant largement promue par l’UNESCO. Pourtant, la projection de Peters pose aussi quelques problèmes mathématiques (les zones près des pôles et de l’équateur sont toujours étirées), mais c’est justement ce qu’on veut démontrer. Comme l’a dit le professeur Brotton: «Aucune carte n’est meilleure ou pire que n’importe quelle autre. Cela dépend des objectifs, politiques ou autres, du cartographe[92].» On peut maintenant voir la carte Mercator, avec les pays européens en haut et l’étrange rétrécissement des pays pauvres qu’ils s’apprêtaient à dominer, comme un produit de la pensée eurocentrique qui prévalait à l’époque – un héritage de l’ère des empires. Tout comme des dieux et des monstres animaient ses frontières, les dimensions mêmes du monde présenté par Mercator étaient déformées par ses propres préjugés.

Sachant cela, nous continuons tout de même à nier nos préjugés et cherchons une vision du monde impersonnelle, objective et vraie pour tout le monde à la fois.

La professeure Lobben me dit que son père travaillait pour une société dont les employés étaient appelés à déménager très souvent en Europe, en Asie et en Afrique. Elle a donc été exposée dès l’âge de huit ans à une mosaïque de points de vue culturels. Aujourd’hui, elle se rebelle à l’idée qu’une seule application cartographique domine tout le paysage: «Ce n’est pas le choix des couleurs des différents pays qui m’inquiète, c’est l’énorme pouvoir des gens qui sont en position de dicter l’image que nous nous faisons du monde.» On a assisté à la naissance d’un mythe de pureté, insiste-t-elle, un mythe qui nous dit: voici le monde, voici comment s’y orienter, voici l’approche consensuelle.

Mais nous pouvons nous révolter contre cette clarté et cette facilité en partant seuls à l'aventure et en nous perdant. Comme Alice au pays des merveilles, on peut s'engager dans des terriers, passer de l'autre côté du miroir et sortir par le fond des placards. Notre esprit peut concevoir des cartes très personnelles du monde qui nous entoure sans faire appel à la gestion et au positionnement immuables de forces algorithmiques. Voilà comment nous découvrons ce que d'autres n'ont pas cartographié pour nous, que nous tombons par hasard sur l'inconnu. Il n'existe bien entendu aucune formule pour chiffrer la valeur de cet inconnu, aucune preuve. C'est là la grande ironie d'arguments comme ceux des professeurs Lobben et Brotton. Comment, au final, peut-on quantifier la valeur d'un voyageur égaré? C'est une tâche aussi impossible que de capturer les étoiles sur les murs d'une grotte ou de décrire le sentiment inouï de tomber amoureux pour la première fois.

Quant à Jonathan et moi – dans le temps de nos randonnées anglaises –, nous avions en quelque sorte besoin de cette dérive, de faire l'expérience d'une errance salutaire avant d'aborder notre vie adulte. Après tout, ne voyageons-nous pas pour échapper à l'intransigeance de notre milieu d'origine, à la rigidité de la famille dans laquelle nous avons été élevés? Pour grandir et explorer, nous avons *besoin*, semble-t-il, de nous frotter à l'action, à la bizarrerie et à la rugosité de la vie.

L'itinérance est commune à tous les mythes que nous nous racontons sur le développement humain. Nous savons tous qu'un héros doit quitter sa famille et traverser des territoires inexplorés pour atteindre la gloire. Pourtant, nous ne sommes pas tous faits pour vivre le voyage initiatique des héros, fussent-ils Achille ou Luke Skywalker. En général, nos voyages ne sont que de courts intermèdes remplis d'espoir, de brefs aperçus d'autres versions de soi. En grande majorité, nous nous accrochons à la fine résille projetée par les satellites GPS; nous tenons à être branchés et comptés. Nous cartographions nos moindres déplacements. Même s'il nous est arrivé dans notre jeunesse de passer quelques folles semaines dans un pays étranger, nous finissons tous par battre en retraite, épuisés, et nous réfugier dans les bras des systèmes de guidage.

Nous renonçons à l'aventure non seulement pour des raisons de sécurité, mais aussi pour nous donner l'illusion que nous sommes aux commandes d'un monde pourtant ingérable. Il m'arrive parfois ces jours-ci

de consulter paresseusement et avec plaisir la merveilleuse appli de Google Maps de la surface tournoyante de la planète:

- Je vole au-dessus du luxuriant feuillage du réservoir Nuuanu à Honolulu et j'atterris parmi les mini-fourgonnettes stationnées autour de l'école secondaire du coin.
- Puis, zoom! je saute à Cape Evans en Antarctique et visite la base Scott, une relique de la vieille époque des explorateurs conservée dans la glace depuis 1912.
- Et ensuite, ziip! je file à travers le désert syrien, m'arrêtant devant une murale de Saddam Hussein sur un immeuble à quelques encablures de la prison d'Abu Ghraib.

Quelle sensation grisante! Je me sens comme un dieu; quel pouvoir! Pour une personne vivant dans les années 1980, à l'époque des premiers balbutiements du numérique, cet accès illimité aurait représenté une vie entière de voyages. Moi, je peux le faire en trois minutes. Je voyage sans quitter le confort de mon bureau, sans jamais me sentir «étranger», et j'évite l'écrasante solitude et l'adversité que les vrais voyageurs doivent affronter. Ce petit tour de passe-passe est un bel exemple de l'«extinction de l'expérience», comme dit le naturaliste Robert Michael Pyle. Cette extinction, qui a commencé par la gestion de plus en plus numérique de mon séjour en Europe, atteint le fond du baril dans la stupeur immobile d'un safari sur ordinateur portable. Et pourtant, je me demande…

- Qu'est-ce que ça sent au sommet du réservoir Nuuanu?
- Quelle est la sensation du froid glacial juste avant que les bourrasques de neige de l'Antarctique ne nous causent une terreur mortelle?
- Et quels regards les gens porteraient-ils sur moi dans les environs de la prison d'Abu Ghraib?

Ces choses-là ne sont pas entreposées dans les banques de données de Google.

Heureusement, on peut remiser même la carte la plus omniprésente. Dans *Sylvie et Bruno*, après avoir eu l'idée de cartographier leur pays à une échelle de «un mile pour un mile», les cartographes ont compris que leur œuvre allait étouffer leur pays. Reprenant l'exercice du début, ils ont eu un éclair de génie: «Nous utilisons le pays lui-même comme sa propre carte, explique Mein Herr, et je vous assure que cela convient presque aussi bien[93].» Dans cette histoire, l'ordre, l'étiquetage et les guides rationnels ont été jetés aux oubliettes. Après tous ces efforts, il ne reste que le monde brut, chaotique et changeant à connaître par soi-même, concrètement, ou pas du tout.

Comme les cartographes industrieux de Lewis Carroll, nous tentons encore et encore de réduire le chaos bouillonnant du monde réel à une expression abstraite que tous pourraient partager. Et pourtant, des temples désertés d'Angkor au Grand Bazar d'Istanbul, en passant par la cour arrière d'une maison de Détroit, l'expérience personnelle déborde toujours de la carte. On ne peut jamais complètement la cartographier. Pour nous ouvrir au dépaysement absolu, terrifiant et merveilleux que les voyageurs des générations précédentes tenaient pour acquis, nous devons élaborer nous-mêmes nos propres cartes mentales en écartant systématiquement les options préfabriquées et anonymes. Nous accéderons alors à l'une des formes les plus raffinées de la solitude: l'extraordinaire défi de l'inexploré.

Autosurveillance

En cette ère d'écrans, le désir de cartographier s'étend bien au-delà des cartes géographiques. Nous partageons des commentaires, des gazouillis et des publications pour rassurer notre ego nerveux, avide de reconnaissance, qui veut être connu, quantifié, localisé. (Je suis *ici*, jamais perdu, jamais seul.)

C'est ainsi que toute une culture de surveillance a vu le jour. En postant sur Instagram des photos de mousse décorative sur un cappuccino ou un compte rendu de programme d'exercice, nous cherchons à donner une valeur ajoutée à des moments, autrefois solitaires, en les commentant en ligne. Par exemple, plus de 25 millions de bracelets de cueillette de données Fitbit suivent la qualité du sommeil de leurs utilisateurs et peuvent ensuite diffuser leurs rythmes circadiens au monde entier[94]. L'obsession de tout

mesurer fait partie du besoin plus généralisé d'être orientés, dit la professeure Lobben.

À mesure que cette culture se développera, les générations futures pourraient devenir accros à la surveillance, dans les moindres détails, de tous les aspects de la vie. Pourquoi ne pas connaître votre empreinte carbone de minute en minute pendant un vol vers Shanghai? Pourquoi ne pas demander à votre voiture de venir vous prendre immédiatement après la fin d'un spectacle? Vous aimeriez sûrement savoir que vous êtes en train de faire la file à l'épicerie où votre meilleure amie la faisait il y a trois semaines! La surveillance a quelque chose de magique et elle donne du pouvoir: on surveille ceux qu'on aime, on les accompagne. Sans ce suivi, on se sentirait mal à l'aise, anxieux, abandonné (du moins, c'est ce qu'on imagine). Objets égarés, courses folles en tuk-tuk, absence de connexions nous laissent démunis, aux abois. Pauvres âmes perdues! Comment les gens faisaient-ils pour vivre dans une telle incertitude?

Quand nous aurons la possibilité de surveiller tous les recoins de notre vie, refuser de le faire pourrait être perçu comme de la paresse, voire de la négligence. Nous sommes forcés dès l'enfance de nous joindre au culte de la surveillance. Adieu, les moniteurs audio Fisher Price qui grésillent. Les parents attentifs peuvent maintenant voir du salon ce que fait leur bébé, grâce à la diffusion en continu de vidéos HD sur leurs téléphones intelligents. Les lignes Mimo et MonBaby, qui ont été lancées en 2014, sont des pyjamas intelligents pour bébés, munis d'une fonction Bluetooth qui émet des rapports sur la respiration, la fréquence cardiaque et les mouvements. Même s'ils rendent la surveillance plus abstraite, ces dispositifs semblent engendrer chez les parents beaucoup d'anxiété au sujet du bien-être du bébé. Certains jeunes parents obsédés par les données sur leur enfant ne songent même pas à aller jeter un coup d'œil dans sa chambre. Bien entendu, dès qu'une technologie plus avancée arrive sur le marché, les mêmes se sentent forcés de surveiller davantage leur bébé, pour bien montrer qu'il n'est pas négligé.

Les enfants élevés dans ce climat de perpétuelle nervosité font peu l'expérience de la véritable solitude, même quand ils dorment. Une fois grands, ils se sentiront paniqués à l'idée d'être égarés ou de se retrouver dans un lieu inconnu. L'historien des médias James Gleick exprime ce phénomène au degré zéro, ombilical même, quand il écrit: «Nous naissons

connectés. La solitude ne vient qu'avec la maturité[95].» Hélas, nous semblons préférer la dépendance à nos gadgets électroniques à la maturité de la solitude; nous nous arrêtons à la moindre incertitude pour demander où nous sommes, nous et nos êtres chers. Où que nous allions dans le monde, nous sommes connus et gardés dans le giron d'un quelconque serveur. Lequel des 510 millions de kilomètres carrés de la planète occupez-vous? Celui-ci, ici même.

Pour des entreprises comme Google et Facebook, le géopositionnement de chaque personne demeure crucial; ces sociétés refusent de vous laisser vivre votre vie tranquillement sans laisser de traces de vos mouvements, de vos actions et de vos pensées. Les Allemands utilisent un terme assez éloquent pour décrire le journal de bord qui nous suit obstinément en cette ère d'écrans: *digitale Schleimspur* – trace de bave numérique. Le dossier de votre vie laisse derrière vous des rejets de données indestructibles. En réponse aux critiques de cette trace, Eric Schmidt, le PDG de Google, a eu cette cinglante réplique: «Si vous ne voulez pas que qui que ce soit sache ce que vous faites, peut-être devriez-vous commencer par ne pas le faire[96].» Ce qui sous-entend que les citoyens devraient toujours avoir une conduite «irréprochable». (Il s'est bien gardé, toutefois, d'élaborer sur ce qu'il entendait par «irréprochable» et si des personnes comme Edward Snowden peuvent être à la fois «hors la loi» et «irréprochables».)

Dans le roman à peine fantaisiste *Le Cercle (The Circle)* de Dave Eggers, sortir du cercle devient un pseudo-crime et ceux qui tentent de le faire sont pourchassés impitoyablement. Le point culminant du roman est une chasse à l'homme menée par une nuée de drones équipés de caméras. Un groupe de technos hilares regarde sur des écrans un homme qui bascule dans la folie, car il refuse de s'identifier et de vivre sous surveillance. À l'aide des drones (et d'une foule d'assistants en ligne), l'héroïne du roman réussit à retrouver son ancien petit ami, Mercer, isolé dans la forêt, où il tente de mener une vie sans connexions. Il essaie de s'échapper en camion, mais le troupeau de bêtes d'acier le talonne. Mae, l'héroïne, l'appelle au haut-parleur d'un drone:

> «Mercer. C'est moi, Mae! M'entends-tu?»
>
> Un signe de reconnaissance passe sur son visage. Il plisse les yeux et regarde à nouveau vers le drone, incrédule…

> «Mercer! dit-elle, d'une voix qui se veut autoritaire. Mercer, arrête la voiture et rends-toi. Tu es encerclé[97].»

Mercer est entouré d'«amis» qui refusent de le laisser faire l'expérience de la solitude. À la fin, leur insistance a des conséquences fatales.

Nous sommes tous traqués par des systèmes de surveillance bien plus subtils que ceux des romans: quand Facebook nous envoie des publicités ciblées en fonction de l'endroit où nous nous trouvons (et y incorpore les visages de nos amis); quand, en soupirant, nous donnons la permission à une application d'utiliser nos données de localisation; quand nous acceptons d'être identifiés et suivis «pour notre propre bien». La vision d'Eggers n'est déjà plus une fiction. Les libertés de la vie en ligne ont quelque chose d'orwellien.

Nous oublions à quel point cette manie de la surveillance est nouvelle et anormale. Il fut un temps où même les gens célèbres étaient relativement anonymes. On dit, par exemple, qu'en 1921, s'étant inscrit à un concours de sosies de Charlie Chaplin, celui-ci arriva en 20^{e} position, tant était vague l'idée que le public se faisait de son visage. En fait, on estime que les 15 premiers présidents des États-Unis étaient de parfaits inconnus pour l'Américain moyen[98]. Certainement, l'histoire du prince et du pauvre de Mark Twain (dans laquelle l'aristocrate et l'indigent se font passer l'un pour l'autre) n'est concevable que dans un monde où les gens peuvent sortir de leur «cadre». Quand, sous le couvert de l'anonymat, un prince s'assied avec une famille de paysans, le narrateur de Twain s'exclame: «Cela nous fait tous du bien de nous détendre un peu[99].»

La vraie maturité, le véritable passage à l'âge adulte, requiert ce genre de «détente»; il faut faire tomber les frontières (tant celles de nos maisons que celles de notre identité) pour mieux comprendre d'où nous venons. Plus simplement: ce n'est qu'après s'être perdu qu'on peut espérer être trouvé.

Les sociétés complètement dystopiques resteront du domaine de l'imagination tant et aussi longtemps que nous refuserons d'être surveillés à tout instant tout au long de notre vie. Tant que nous respecterons les Mercer de ce monde. Après tout, ce n'est qu'à cette condition que nous pouvons

intégrer notre moi tel qu’il est. Quel énorme soulagement de pouvoir affirmer qu’on existe sans que les autres nous surveillent! Et quel soulagement de savoir que je suis plus que l’air du temps qui me colle à la peau.

---

a Il ne faut toutefois pas croire que Lobben est contre le progrès: elle travaille à mettre au point une application qui produit des itinéraires personnalisés à l’intention des personnes handicapées. Elle estime qu’il est presque honteux qu’une telle application – qui filtre ou signale les éléments qui entravent l’accessibilité à un environnement – n’ait pas encore été développée.

8
Une promenade dans la nature sauvage

Le 14 avril 1934, Richard Byrd est sorti faire sa promenade quotidienne. La température de l'air était normale: moins 49,5 degrés Celsius. Il avançait d'un pas régulier dans les bancs de neige en faisant sa ronde. Puis il s'est arrêté pour écouter. Rien.

Un peu étonné, il écouta le silence à la fois vaste et écrasant dans lequel il se trouvait. Les seuls autres organismes vivants à des kilomètres à la ronde étaient quelques microbes entêtés qui s'accrochaient aux plateformes glaciaires. Il n'était que 16 heures, mais le paysage tremblait dans une pénombre perpétuelle. Il y eut – y eut-il? – un mouvement à l'horizon glacé, comme une fissure dans le ciel de l'Antarctique. Puis, inexplicablement, l'univers de Richard Byrd commença à prendre de l'expansion.

De retour dans sa cabane, accroupi près d'un poêle improvisé, Byrd écrivit dans son journal:

> J'étais en présence de forces et de processus cosmiques impondérables, harmonieux et silencieux. L'harmonie, voilà ce que c'était! Voilà ce qui émanait du silence: un rythme lent, la tension d'un accord parfait, la musique des sphères, peut-être.
>
> Il n'y avait qu'à capter ce rythme pendant quelques secondes pour en faire partie moi aussi. À cet instant, je ressentis sans l'ombre d'un doute que l'homme et l'univers ne faisaient qu'un[100].

L'amiral Byrd s'était porté volontaire pour travailler dans une base météorologique du pôle Sud pendant cinq mois en hiver. Mais la raison pour laquelle il s'y trouvait *seul* était beaucoup moins concrète. Peinant à expliquer ses motivations, Byrd admit qu'il voulait «vivre pleinement ce genre d'expérience… à goûter à cette paix, à cette tranquillité et à cette solitude pendant suffisamment de temps pour en ressentir les effets bénéfiques». Il recherchait aussi une sorte de liberté personnelle, car il était

convaincu que «personne ne peut espérer être complètement libre en restant à portée de ses habitudes familières[101]».

Byrd reçut une médaille d'honneur pour son travail. Pour la plupart d'entre nous, choisir de s'isoler dans la nature sauvage n'apporte aucune récompense; au contraire, c'est hautement suspect. Vouloir faire un trek dans la nature est la confirmation de quelque tendance antisociale, d'un côté sauvage. Parents et amis refusent de nous voir partir à la recherche des illuminations et des révélations euphorisantes de Byrd au fin fond de l'Antarctique. Nous restons au chaud dans notre confortable culture de surveillance et de textos. Nous détestons être déconnectés, que ce soit en forêt, dans le désert ou sur un glacier. Notre culture est à ce point orientée vers tout ce qui est «social» que ceux qui osent s'aventurer dans la nature sauvage passent pour des excentriques, voire des fous dangereux. Nous en sommes tellement convaincus que nous cessons complètement d'envisager la possibilité d'une randonnée dans la nature sauvage; nous sommes sûrement incapables de vivre de telles aventures, nous risquerions de tomber dans un ravin. Et même si nous *pouvions* le faire, notre âme n'a plus les qualités voulues pour en profiter.

S'isoler comme l'a fait l'amiral Byrd comporte vraiment des dangers. Il connut peut-être l'euphorie mystique, mais il perdit presque la vie dans cet enfer gelé du bout du monde. Son poêle de fortune commença à dégager du monoxyde de carbone dans sa cabane et une compagnie d'hommes de son camp de base a dû être dépêchée pour le sauver quand sa santé commença à sérieusement décliner. D'autres ermites, qui n'avaient pas d'amis munis de radios, ont eu moins de chance. Prenons Chris McCandless (dont l'histoire a été racontée dans le livre de Jon Krakauer *Voyage au bout de la solitude*), qui n'avait laissé aucune indication à ses proches lorsqu'il est parti faire un trek en Alaska avec un fusil et un sac de quatre kilos de riz. Il est mort après 119 jours dans la nature sauvage qu'il avait tant voulu connaître, intoxiqué, dit-on, par des semences infestées de moisissures – en tout cas malmené par les caprices de mère Nature.

Au cours des derniers jours de son aventure en solitaire en Antarctique – avant que les hommes du camp de base ne viennent lui porter secours –, l'amiral Byrd a de son côté frôlé la mort. Il commença à souffrir de gelures et à psalmodier comme un vieux moine dans son sac de couchage, devenant parfois tellement faible qu'il n'arrivait plus à bouger. Il s'entoura de

coussins chauffants, racla des haricots de Lima de boîtes de conserve. Quand il voulut jouer aux cartes, il fut déconcerté par la faiblesse de ses bras. Il essaya de lire une biographie de Napoléon, mais les mots s'embrouillaient. «Tu l'as cherché, lui disait une petite voix dans sa tête, eh bien, tu l'as[102].» Malgré tous ces traumatismes, quand l'amiral Byrd retrouva finalement son monde, il portait en lui un trésor que la société n'aurait jamais pu lui offrir; «une chose que je ne possédais pas complètement auparavant, écrivit-il dans ses mémoires, une appréciation de la pure beauté et du miracle absolu d'être en vie… La civilisation ne m'a pas fait changer d'idée. Je vis plus simplement maintenant et je suis en paix[103]».

Quand Byrd et McCandless sont partis dans la nature sauvage en insistant obstinément pour y être complètement seuls, ils répondaient tous deux à une pulsion humaine que le progrès a pratiquement anéantie.

Un adolescent du nom de Derrick, un garçon vif d'esprit, m'a raconté qu'il devait recourir à un stratagème, c'est-à-dire trouver un «texteur désigné», quand il avait envie d'aller communier avec la nature. Il a laissé sa phrase en suspens pendant un moment.

Après quelques secondes, j'ai finalement mordu. «Qu'est-ce qu'un texteur désigné?» Son explication m'a brisé le cœur. Derrick et ses amis sont inondés de messages de leurs parents anxieux. Pour se sentir vraiment libres quand ils partent en randonnée, ils doivent user d'un peu de ruse. C'est pourquoi ils laissent une demi-douzaine de téléphones aux bons soins du «texteur désigné» (ils le sont à tour de rôle) et, enfin libres, les autres partent en forêt ou à la plage, certains qu'ils ne seront pas dérangés, du moins pendant quelques heures. Le texteur, laissé dans un sous-sol ou une chambre à coucher avec un film à regarder sur son ordinateur, répond des commentaires neutres aux parents qui se sentent obligés de constamment vérifier où est leur progéniture; ou il leur envoie un message réconfortant, seul moyen pour que les autres puissent s'offrir de vrais moments de liberté.

Ce n'est pas la supercherie en soi qui m'a frappé, mais plutôt la façon dont ces jeunes (toujours dépeints dans les médias comme accros à leur téléphone) avaient réussi, par la ruse, à aménager quelques moments déconnectés dans leur vie. Leur solitude n'est pas complète quand ils

sortent avec leurs copains, mais, au moins, ils s'organisent pour réduire leur niveau de connexion et vivre une expérience authentique, le genre de communion avec la nature que leurs parents tenaient pour acquise quelques décennies auparavant. Ils ne peuvent hélas l'obtenir qu'en usant de subterfuges. Ils sont comme des voleurs forcés de dérober une rencontre avec la nature sauvage. On entend souvent parler du droit des enfants pauvres d'avoir accès à Internet; que dire de leur droit d'avoir accès à la nature?

Les enfants de l'ère numérique, comme Derrick, vivent dans un drôle de paradoxe. D'une part, ils passent leur temps à explorer des territoires qui n'auraient jamais été accessibles à leurs parents, même dans leurs rêves les plus fous: *de la porno avec des ptérodactyles? Ce n'est pas de refus*. D'autre part, dans la vraie vie, ils vivent avec des contraintes physiques que leurs parents n'auraient jamais supportées. Au Royaume-Uni, par exemple, le rayon dans lequel les enfants peuvent se déplacer librement autour de leur maison a été réduit de 90 pour cent par rapport aux années 1970[104]. Richard Louv, l'auteur de *Last Child in the Woods*, décrit une «épidémie de syndrome de manque de nature» – le prix humain à payer pour cette aliénation – caractérisée par «une sous-utilisation des sens, des troubles du déficit de l'attention et une prévalence plus élevée de maladies physiques et émotionnelles[105]». Dans un rapport produit pour *Nature Trust*, le grand naturaliste et auteur britannique Stephen Moss soutient que le syndrome de manque de nature n'est pas de la «nostalgie du bon vieux temps», mais l'affirmation d'un droit inaliénable, le droit de voir pousser les plantes et de scruter le firmament, de faire un feu sur la plage et une randonnée à la campagne en se sentant vraiment affranchi des représentants de l'autorité qui nous suivent au quotidien. Le droit de marcher dans le monde vert et bleu devrait exister.

Quand avons-nous, pour la toute première fois, quitté la nature sauvage pour les villes éternellement bondées? Il fut un temps où nous avions tous accès à la nature; nous lui étions inextricablement liés. Pendant 2,5 millions d'années, nos ancêtres ont vécu au sein de groupes nomades qui cueillaient les plantes là où elles poussaient et chassaient les animaux là où ils broutaient. Ce n'est qu'assez récemment, il y a environ 10 000 ans, qu'un changement phénoménal s'est produit. Sur les territoires de la Turquie

moderne, en Iran et ailleurs au Moyen-Orient, nos ancêtres ont mis en marche ce qu'on a appelé la Révolution agricole. Ils ont commencé à manipuler et à cultiver des plantes (et à élever des animaux), consacrant leurs journées à semer des graines et à combattre les mauvaises herbes, à mener le bétail aux pâturages et à chasser leurs prédateurs. Cette transformation n'a pas été instantanée; ce n'est que très progressivement que ces nomades ont réinterprété la nature et en ont fait une force qu'il fallait contenir et gérer.

Ou était-ce plutôt la nature qui nous apprivoisait? En domestiquant le blé, le riz et le maïs dont nous dépendons encore pour notre subsistance, la vie des humains s'est transformée en une servitude. L'historien Yuval Noah Harari a qualifié cet échange de «plus grande escroquerie de l'histoire» et soutient que «la Révolution agricole rendit généralement la vie des cultivateurs plus difficile, moins satisfaisante que celle des fourrageurs[106]».

L'historienne Margaret Visser, spécialiste de l'alimentation, estime que le riz est un «tyran» qui

> gouverne les structures de pouvoir, les prouesses technologiques, la démographie, les relations interpersonnelles et les coutumes religieuses… Dès que les humains ont accepté de cultiver le riz comme denrée de base, ils se sont empêtrés dans un filet de conséquences duquel ils ne peuvent s'échapper – car, depuis, le riz leur dicte non seulement ce qu'ils doivent faire, mais aussi ce qu'ils doivent préférer[107].

La dépendance envers une seule denrée de base pour combler la majeure partie des besoins en calories peut aussi être un pari risqué: si cette dépendance permet une croissance exponentielle de la population, l'alimentation de chacun devient moins variée et plus vulnérable aux attaques des ravageurs et du mildiou. On dit aussi que, comme les autres animaux dont le cerveau est plus petit que celui de leurs ancêtres, les «humains domestiqués» ont un cerveau significativement plus petit que celui de leurs congénères pré-agricoles[108].

Par ailleurs, les soins que demandaient les plantes et les animaux étaient tellement exigeants que les humains ont été forcés d'abandonner le nomadisme et de s'établir près de leurs champs; et c'est ainsi que nous

devons au blé et à ses cousins la fondation des premiers établissements humains.

Le professeur Harari fait remarquer que le territoire autour de Jéricho, en Palestine, assurait la subsistance «d'une bande itinérante d'une centaine de personnes relativement bien portantes et bien nourries». Après la Révolution agricole (vers 8500 avant notre ère), «l'oasis pouvait faire vivre un gros village, encombré, d'un millier d'habitants qui souffraient bien plus de maladies et de malnutrition[109]». Déjà à cette époque, le Moyen-Orient était parsemé de nombreux établissements permanents du même genre.

Dès 7500 avant notre ère, le refus de la nature s'est exprimé encore plus fortement lorsque les résidents de Jéricho ont bâti autour de leur ville une énorme muraille, la première du genre. Ce mur avait probablement deux fonctions: il protégeait des inondations ainsi que des ennemis en maraude. Les habitants de cette première ville fortifiée avaient la particularité de vouloir, avec une détermination presque fanatique, s'isoler de leur ancien monde sauvage. La muraille en pierres était d'une épaisseur d'un mètre et demi et d'une hauteur de trois mètres et demi. De plus, un fossé de deux mètres et demi de profondeur et de près de neuf mètres de largeur avait été creusé le long de la muraille, un exploit d'isolement volontaire qui aurait été impensable pour nos ancêtres pré-agricoles. Il s'agissait d'un véritable rejet de la savane où nous avions vécu pendant des millénaires. La nature «sauvage» avait été exilée et elle n'est jamais revenue depuis. Dès le IV^{e} siècle de notre ère, la révolution agricole avait évolué en une «révolution urbaine», dans laquelle nous vivons toujours.

En 2007, l'Organisation mondiale de la santé a annoncé que la population des villes dépassait celle des campagnes et qu'en 2030, six personnes sur dix habiteraient dans des villes[110]. L'exode rural est une tendance dont on ne voit pas la fin. Toujours plus nombreux à migrer vers les villes, cédant aux chants de l'énorme sirène de béton, nous commençons à nous convaincre qu'il est «naturel» de vivre entassés les uns sur les autres et qu'il n'y a rien qui vaille au-delà des murs de Jéricho, et cela depuis toujours.

Un jour, dit-on, un ami de Socrate qui se promenait avec lui dans la campagne à l'extérieur d'Athènes lui dit: «Et toi, étonnant ami, tu es un grand original […]. Tu es si casanier que tu n'as jamais franchi la frontière

et il semble bien que tu n'es jamais sorti des murs [d'Athènes].» Socrate lui répondit: «Passe-moi cette originalité, mon bon ami: c'est le désir de m'instruire qui est en cause; car ni les champs ni les arbres ne veulent rien m'apprendre, mais bien les hommes qui sont dans la ville[111].» Que veut dire Socrate? Pourquoi balaie-t-il du revers de la main «la nature sauvage», comme si elle ne signifiait rien? Contrairement à nous, il ne ressentait sûrement pas le besoin d'aller se ressourcer dans la nature. Au V^e^ siècle avant notre ère, les humains et la nature se livraient un perpétuel combat. La nature et ses dangers frappaient sans doute à la porte de sa demeure urbaine, menaçant de l'engloutir. Pour les Grecs, l'idée d'être rejeté de la civilisation et rendu à la nature était totalement terrifiante. *Eremia* – le mot grec pour «solitude» et pour «nature sauvage» – désignait aussi les enfers où les dieux jetaient ceux qui les avaient offensés.

Cette terreur dura pendant des siècles, mais lentement, très graduellement, la nature commença à perdre son aspect terrifiant. Une fois complètement domestiquée, elle passa d'un lieu d'exil à un éden où il faisait bon de retrouver une unité primale avec l'univers. (Le genre de communion qu'envisageait l'amiral Byrd.) Aux XVIII^e^ et XIX^e^ siècles, les Européens avaient déjà surmonté en grande partie leur crainte d'être mangés par les loups. Nous trouvons dans les extases de Goethe et de Rousseau la transformation d'*eremia* en un territoire «sublime» de paysages extraordinaires qui nous attendent au-delà des constructions artificielles pittoresques de nos villes.

Cet amour si pur de la nature connut son apogée dans les œuvres des poètes romantiques. Prenons William Wordsworth, par exemple, qui écrivait en 1798:

> Sur le mal, sur le bien, sur l'homme
> Un frisson du bois au printemps
> Nous en apprend plus long, en somme,
> Que les sages de tous les temps.
>
> L'esprit humain cherchant les causes
> Détruit ce qu'il veut expliquer,
> Déforme la beauté des choses
> Et tue enfin pour disséquer[112] […]

Quand Rousseau ouvrit *Le contrat social* par sa célèbre formule: «L'homme est né libre et partout il est dans les fers», il s'imaginait que si nous pouvions simplement *revenir* à notre état primal préurbain, tout irait pour le mieux. Il aurait été fort ébranlé s'il avait pu rendre visite à ses contemporains d'Amérique du Nord pour lesquels la nature était redevenue un lieu sombre rempli de «Sauvages» et de bêtes dangereuses. Pour les premiers colons blancs d'Amérique, la nature était faite pour être dominée et non appréciée. En effet, la vision idyllique qu'entretenaient les «amants de la Nature» européens était un luxe réservé à ceux qui en étaient séparés par l'urbanisation et l'industrialisation. Si des personnages romantiques comme Goethe et Rousseau (et plus tard, en Amérique, John Muir du Sierra Club) sont tombés amoureux de la «nature sauvage», c'est parce qu'ils ne la craignaient plus. Cet engouement enthousiaste était peut-être un signe avant-coureur que la véritable expérience de la nature et de ses dangers avait été oblitérée.

Maintenant que la révolution urbaine atteint un sommet et que les humains sont de plus en plus urbanisés, le syndrome du manque de nature fleurit dans toutes les tours d'habitation. La cohue urbaine a fait disparaître des composantes clés de la vie humaine que nous aurions dû protéger. Les défenseurs de la nature comme Richard Louv sont moins poétiques et démontrent scientifiquement que les villes appauvrissent notre expérience sensorielle et, par extension, notre identité; une identité qui devient privée du «sentiment d'humilité nécessaire à la véritable intelligence humaine», comme le dit Louv[113].

Mais que se passe-t-il réellement quand nous vivons principalement en ville, loin de l'air salin vivifiant du bord de mer et des bruissements inquiétants d'une forêt à la brunante? Sommes-nous réellement en train de démanteler des éléments du meilleur de nous-mêmes?

De plus en plus de recherches le suggèrent. Une étude de l'université de Londres, par exemple, a découvert que les membres de la tribu Himba, des éleveurs de bétail de Namibie qui passent leur vie dans la savane, ont une plus grande capacité de concentration et se sentent plus satisfaits que les Britanniques urbanisés. En revanche, les Himba qui vivent en ville perdent ces avantages, ce qui entraîne une baisse de leur capacité de concentration et de leur taux de satisfaction au même niveau que ceux de leurs

homologues britanniques[114]. La D^re^ Karina Linnell, qui a dirigé l'étude, a été «stupéfaite» de la supériorité des Himba ruraux[115]. En entrevue à la BBC, elle a déclaré que ces profondes divergences étaient «attribuables à leurs différents modes de vie», allant jusqu'à suggérer que les environnements urbains surpeuplés exigent des états d'esprit altérés. Linnell ajoute que les employeurs qui désirent réunir la meilleure main-d'œuvre possible auraient tout avantage à délocaliser à la campagne les employés qui ont besoin de se concentrer[116].

Par ailleurs, à l'université Stanford, les chercheurs ont comparé les scans de cerveaux de sujets d'étude avant et après une promenade dans un pré verdoyant et avant et après une promenade sur une rue très achalandée. Dans les environnements urbains, les participants étaient clairement plus portés à ruminer, à ressasser les mêmes problèmes et à se critiquer, deux symptômes associés à l'apparition de la dépression. En outre, les parties du cerveau qui s'activaient quand ils ruminaient s'éteignaient pendant les promenades dans la nature[117.]

Des images de la nature rendent les gens plus affectueux et plus enjoués[118]. Au Japon, une pratique appelée «bain de forêt», qui consiste en une courte immersion dans les bois, est réputée réduire les taux de cortisol et renforcer le système immunitaire[119]. Qu'ils soient riches ou pauvres, les étudiants qui ont accès à des espaces verts ont de meilleurs résultats[120]. Avoir une vue sur un peu de verdure protège du stress et augmente la résilience devant l'adversité[121]. On dit même que passer du temps dans la nature aiguise perceptiblement les sens, notamment l'odorat, la vue et l'ouïe. Les données s'accumulent.

Tous ces bienfaits mis ensemble auraient l'effet d'un baume pour l'âme urbaine stressée. Au XIX^e^ siècle, avec l'urbanisation galopante, alors que les rues polluées et surpeuplées des villes devenaient, pour paraphraser Pip dans *Les Grandes Espérances*, «toutes souillées de crasse, de graisse, de sang et d'écume», les médecins prescrivaient régulièrement des «séjours en nature» pour combattre l'anxiété et la dépression qui affligeaient leurs patients. La fumée et le bruit des villes étaient perçus comme des influences totalement funestes auxquelles on pouvait remédier avec des séjours dans la nature. Les sanatoriums étaient tous nichés dans des environnements pastoraux dans le but manifeste de contrecarrer les influences néfastes des

villes. Eva Selhub et Alan Logan, les auteurs de *Your Brain on Nature*, ont décrit le recul, au XX^{e} siècle, de cette forme de soins au profit de médicaments miraculeux qui permettaient aux patients de demeurer en ville indéfiniment, pourvu qu'ils suivent leurs prescriptions: «Les demi-pages de publicité du sanatorium Glen Springs ont été remplacées par les annonces pleine page pour des anxiolytiques comme le méprobamate[122].» Dans cette optique, les populations urbaines d'aujourd'hui, qui carburent aux somnifères et aux antidépresseurs (plus de 10 pour cent des Américains prennent des antidépresseurs), ne sont pas sans rappeler les personnages gavés de soma du roman dystopique d'Aldous Huxley, *Le Meilleur des mondes*. Mais tout cela pourrait enfin être en train de changer. Aujourd'hui, alors qu'on redécouvre les effets curatifs de la nature, certains médecins recommandent à nouveau à leurs patients d'aller «jouer dehors» pour des maladies aussi diverses que l'asthme, le TDAH, l'obésité, le diabète et l'anxiété[123].

Il se peut malheureusement que les bienfaits de la nature ne reçoivent pas toute l'attention qu'ils méritent car les plateformes en ligne, qui influencent en grande partie notre vie, n'ont rien à gagner à promouvoir la nature. Même l'enceinte plus ou moins protégée des villes est devenue trop «dangereuse» pour certains. Pensez-y, de grandes entreprises technos de la Silicon Valley ont construit des campus entiers où leurs employés peuvent manger, dormir et se divertir dans une bulle aseptisée, une sorte de Jéricho futuriste. En 2015, Google a publié les plans de nouveaux campus qui sont, littéralement, d'immenses communautés protégées par un dôme sous lequel il est possible de contrôler le climat des espaces «extérieurs[124]». En 2016, Amazon a entrepris la construction de trois dômes (biosphères) de 30 mètres de hauteur à l'extérieur de son siège social de Seattle, dans lesquels les employés pourront faire leurs remue-méninges en se promenant dans des jardins de plantes en voie d'extinction[125].

Mais la nature sauvage, le vrai plein air, est un milieu où on doit *renoncer* à tout contrôle; on devient des êtres minuscules dans un monde immense et l'ego rétrécit en conséquence. Peut-être maîtrisons-nous complètement nos avatars virtuels et nos flux Twitter, mais dans le monde réel, nous n'exerçons qu'une influence infinitésimale sur les rouages de l'univers. Selon Matthew Crawford, dans notre vie en ligne, nous nous imaginons avoir beaucoup plus d'influence et de pouvoir que nous n'en

avons en réalité. Les systèmes de jeux, de paris et de messageries en ligne nous fournissent une caution, ce que Natasha Dow Schüll du MIT appelle des «certitudes manufacturées» et, ajoute Crawford, «ces activités nous aident à calmer l'anxiété et la dépression découlant du manque de réel pouvoir dans notre vie[126]». La vie en ligne nous permet de nous sentir plus expansifs, plus brillants, plus attirants (certainement plus éloquents) que dans la vraie vie. En revanche, le monde réel – qui nous cerne de toutes parts, à la fois sublime et impitoyable – produit l'effet contraire. Quand on passe de Tumblr à une forêt, on se sent automatiquement moins compétent. Le sentiment de pouvoir est dérisoire dans un paysage insensible et immobile. Dans le monde réel, écrit Crawford, le soi «prend conscience qu'il est *dans une situation* qu'il n'a pas créée lui-même[127]». Alors qu'Internet vous indique la voie à suivre («Vous êtes ici, vous allez là»), les bruissements de la forêt vous murmurent qu'«il n'y a aucune certitude et que vous ne pouvez que spéculer et spéculer».

Il ne faut pas avoir peur de l'incertitude. Sortir de chez nous et de nos villes revient à nous libérer des préjugés et autres idées préconçues qui dictent nos vies. Voilà comment on s'ouvre aux idées nouvelles, acquiert de l'audace et une certaine indépendance d'esprit et apprend à se connaître soi-même.

Il fut un temps où sortir faire une promenade était la seule évasion possible d'un milieu familial suffocant. Pensez à une Anglaise du début du XIX^{e} siècle qui n'avait accès qu'à de rares activités: très peu de chances d'échapper à son foyer. Dans le roman *Orgueil et Préjugés*, la détermination d'Elizabeth Bennet de se promener dans la campagne est le signe d'une certaine excentricité. Quand sa sœur Jane tombe malade dans la maison du riche M. Bingley, Elizabeth court à travers champs pour se rendre à son chevet. La sœur de Bingley déplore son apparence «sauvage» et sa coiffure «débraillée» impardonnables. «Que seule, à cette heure matinale, elle eût fait trois milles dans une boue pareille, Mrs. Hurst et miss Bingley n'en revenaient pas et, dans leur étonnement, Elizabeth sentit nettement de la désapprobation[128].» Tout au long du roman, Elizabeth rencontre M. Darcy, un personnage à la fois bourru et attachant, pendant ses promenades solitaires. («Elle trouvait assez étrange la malchance qui l'amenait dans un endroit ordinairement si solitaire[129]»). Dans ces scènes,

Elizabeth viole les frontières de sa classe et transgresse les limites de la bienséance.

Chaque fois que les règles de la société la contrarient, elle cherche instinctivement le répit et l'indépendance que lui procure une promenade dans les champs et sur les collines environnantes. Pourquoi? Peut-être la nature est-elle le seul endroit où elle peut penser par elle-même. Un salon vide ne suffit pas; elle a besoin de bouger. Pas dans un carrosse, mais toute seule et à son rythme. Je pense qu'Elizabeth Bennet n'aurait pas supporté de ne plus pouvoir faire ses promenades – ces sorties où elle règle ses pas pour parcourir 4,5 kilomètres en une heure. Elle a viscéralement besoin de quelques âcres de chemins de terre ou de lande broussailleuse pour réfléchir à sa situation.

Le philosophe Thomas Hobbes avait un bâton de marche couronné d'un encrier pour pouvoir coucher sur le papier les réflexions qui lui venaient pendant ses longues promenades. Rousseau aurait approuvé cette stratégie: «Je ne puis méditer qu'en marchant. Sitôt que je m'arrête, je ne pense plus et ma tête ne va qu'avec mes pieds.» De son côté, Albert Einstein faisait assidûment tous les jours une promenade dans les bois sur le campus de l'université Princeton. Parmi d'autres marcheurs célèbres, mentionnons Charles Dickens et mère Teresa, John Bunyan et Martin Luther King Jr., François d'Assise et Toyohiko Kagawa. Pourquoi ces esprits brillants tiennent-ils mordicus à ces sorties? Ce ne sont pas des «temps d'arrêt» dans leurs réflexions – au contraire, certaines de leurs meilleures idées leur viennent *pendant* ces soi-disant «temps d'arrêt» dans la nature.

Dans le milieu de l'éducation, il circule une théorie qui aide à expliquer cette compulsion; c'est la théorie des pièces détachées *(loose parts)*. La théorie des pièces détachées a été proposée pour la première fois en 1972 par l'architecte Simon Nicholson, qui réfléchissait aux améliorations à apporter aux équipements de cours de récréation pour les rendre plus conviviaux. Selon cette théorie, les éléments aléatoires et les milieux changeants sont essentiels au développement d'une pensée indépendante et d'une vision du monde originale. La nature est une source infinie de pièces détachées, tandis qu'un bureau ou un salon fabriqué par l'humain est limité. Pour Virginia Woolf, même les objets et les meubles dans nos maisons peuvent «nous imposer des souvenirs de notre expérience passée» et causer un effet de rétrécissement qui devient étouffant. Dehors, nous échappons au

poids des souvenirs de notre vie passée et nous ouvrons à une nouvelle vision du monde.

La promenade est un art, semble-t-il, et il faut profiter au maximum de cet intermède dans notre temps. Faire de la randonnée pédestre ou, tout simplement, emprunter un trajet pittoresque pour nous rendre à l'épicerie sont autant d'occasions de renouer avec notre solitude. Mais nous devons les saisir. Si la curiosité nous pousse à parcourir le monde, sans téléphone, sans tablette, sans Internet et tout le reste, il faut au préalable avoir la volonté de goûter pleinement toute la richesse de nos destinations.

À l'écart du bavardage ambiant, nous allons non seulement à la rencontre d'un monde plus vaste, mais aussi de nous-mêmes. William Hazlitt, flâneur invétéré, dresse un portrait de la situation où il explique que, lors de ses sorties, il est à la recherche de

> liberté, liberté parfaite, pour penser, sentir et faire uniquement selon mon bon plaisir… Je veux voir mes vagues notions s'accrocher telles des aigrettes sur le chardon au gré des vents, sans s'empêtrer dans les ronces et les épines de la controverse. Pour une fois, j'aime pouvoir n'en faire qu'à ma tête; et cela est impossible quand on n'est pas seul[130].

Voilà le bonheur d'une promenade en solitaire, même courte, dans un parc urbain. Découvrir, en apercevant un signe des éléments, que l'on appartient à quelque chose de plus profond qu'une foule urbaine. Sentir qu'il existe un univers d'expériences en dehors des réseaux humains et des interactions sociales, et que cet univers est notre vraie patrie. Les ouvriers du centre-ville bondé d'Osaka peuvent passer par le parc Namba pour se rendre à leur travail; les Torontois peuvent faire un détour par le parc Trinity Bellwoods pour aller à la meilleure librairie de la ville; les New-Yorkais qui fréquentent le Metropolitan Museum peuvent passer par Central Park; et les Londoniens peuvent traverser Hyde Park pour arriver au Royal Albert Hall. En descendant du trottoir, ne serait-ce que quelques minutes, on se donne la chance de croiser une nouvelle (et très ancienne) définition de soi, plus imperméable aux opinions de son entourage.

Sur la côte pimpante de l'Île-du-Prince-Édouard, Kenny et moi avons marché le long de la plage de Cavendish qui s'étend sur plusieurs kilomètres. Nous étions seuls. Dans deux semaines, la saison touristique commencerait et des familles entières enduites de crème solaire se

prélasseraient de toutes parts. Mais ce jour-là, le paysage était étrangement vide et délavé, comme une carte postale d'un voyageur de l'époque édouardienne.

Nous étions venus en avion à la fin de mai, sans savoir que la tranquille île canadienne, dont une extrémité s'avance dans l'Atlantique, n'aurait pas encore complètement récupéré de l'hiver. Cette année-là, l'île avait reçu cinq mètres et demi de neige, nous avaient dit l'épicier, le pêcheur de homards et le réceptionniste de l'hôtel, et la fonte venait à peine de se terminer. De gros blocs de glace flottaient encore près du littoral alors que nous roulions le bas de nos pantalons pour entamer notre promenade sur la plage.

Après avoir observé le va-et-vient des vagues gris ardoise pendant un moment, nous avons longé les fragiles falaises de grès rouge en direction des dunes de sable, dénudées d'un côté par les vents de marée et couvertes de l'autre par de hautes herbes. Kenny a comparé la pente abrupte des dunes à la croûte d'une énorme tarte, pressée par le pouce d'un géant. Les branches des sapins voisins, grises et tordues par les grands vents, ressemblaient aux bras de vieillards effrayés.

À Toronto, nous vivions dans une seule pièce de 45 mètres carrés où nous nous marchions constamment sur les pieds. Chaque matin, je poussais un vieux banc de piano au centre de la pièce pour en faire un bureau. Chaque soir, nous nous asseyions par terre pour dîner. Les kilomètres de plage de Cavendish nous grisaient. Courant l'un derrière l'autre en escaladant une dune, nous avancions péniblement dans le sable qui fuyait sous nos pieds. Arrivés au sommet, nous nous sommes effondrés non loin d'un affleurement où du grès comprimé semblait s'être désagrégé; on voyait en coupe transversale les stries sculptées par des années de marées qui évoquaient une architecture organique miniature, une ville sculptée dans la falaise, comme Petra. Peu à peu, notre conversation s'est éteinte, nos pas se sont éloignés et nous nous sommes perdus dans nos mondes séparés. Kenny s'étant dirigé vers un étang derrière les dunes, je me suis retrouvé complètement seul. Quelque chose dans l'horizon flou de l'océan et le sable fraîchement déplacé m'ont donné une puissante sensation. *Personne ne te regarde en ce moment*.

Quand avais-je éprouvé pour la dernière fois la délicieuse sensation d'être coupé du monde? Des années! J'avais vécu dans de minuscules appartements; j'avais voyagé dans des wagons de métro bondés. J'avais travaillé dans des cafés et dîné avec des amis dans des restaurants bruyants où tout le monde parle en même temps sans entendre la conversation. Et maintenant, la vastitude de l'océan. Ce n'était certes qu'un court répit (et je savais que Kenny était de l'autre côté de la dune), mais je ne m'étais pas senti aussi totalement séparé du monde depuis des lustres.

Le monde naturel a un caractère à la fois effrayant et symbolique. Il infuse dans nos vies un sens impossible à trouver dans la cohue des grandes villes. Quand on regarde une rivière, on voit le Temps fuir à toute vitesse; les nouvelles feuilles qui bourgeonnent dans notre chêne préféré font naître en nous l'espoir de notre propre renouveau. On trouve dans l'infinité de la nature une consolation et une vérité qui donnent un sens aux traumatismes et à l'adversité de la vie de tous les jours. En regardant les vagues, devant la certitude infinie de leur retour, j'ai absorbé une partie de leur calme et de leur équilibre.

Pieds nus dans le sable, j'ai eu un flash: si j'ai besoin d'une plage vierge pour me sentir seul et heureux, s'il me faut des kilomètres et des kilomètres de vagues pour trouver la solitude, alors ma vie, en dehors des vacances, n'a pas de sens. Non, je dois faire revenir cette sensation jusque dans ma vie de tous les jours et la garder vivante même en ville. Seuls les héros comme l'amiral Byrd sont capables de braver les conditions extrêmes du pôle Sud. Les autres, comme nous, doivent essayer de profiter de tous les petits instants de solitude, de tous les petits coins verts où ils peuvent se faufiler. Héros ou quidams, nous avons tous un rendez-vous vital dans la nature sauvage, un rendezvous avec notre solitude, une compagne extraordinaire qui pourrait changer notre monde.

Après nous être réellement détachés de la ville et avoir ressenti les effets vivifiants de la nature, nous émergeons prêts à profiter des ultimes bienfaits de la solitude qui, paradoxalement, aident à nous connecter les uns aux autres. Dans son recueil d'essais *What Are People For?*, Wendell Berry décrit comme suit une promenade en solitaire dans la nature:

> Nos voix intérieures deviennent audibles. Nous percevons le pouvoir d'attraction de nos sources les plus intimes.
>
> En conséquence, nos réactions aux autres sont plus claires. Plus on devient cohérent en soi comme créature, plus notre communion avec toutes les créatures s'approfondit[131].

Quand Kenny a contourné la dune, il m'a trouvé torse nu, fixant comiquement l'horizon. N'oublie pas, me suis-je dit en prenant le chemin du retour. N'oublie pas Cavendish. En marchant vers le chalet, une promenade facile d'un kilomètre et demi, j'ai sorti un caillou de ma poche et je l'ai offert à Kenny; et il en avait un pour moi.

QUATRIÈME PARTIE

La connaissance des autres

Le plus grand devoir dans une relation entre deux personnes est que chacune protège la solitude de l'autre.

—RAINER MARIA RILKE

9
Histoires sociales

Lorsque j'entre dans le bureau de Keith Oatley à l'université de Toronto, je remarque sur sa table de travail un exemplaire tout écorné de *Trois Guinées* de Virginia Woolf – le genre de livre qui sent vaguement l'amande et l'humidité. En me saluant, Oatley pose ses mains vieillies sur la couverture et j'ai l'embarrassante impression que je l'interromps.

Oatley est un homme de 75 ans au caractère ombrageux, au front plissé barré de sourcils broussailleux qu'il utilise pour ponctuer ses remarques. Il est à la fois romancier et professeur émérite de psychologie cognitive. C'est cette rare combinaison d'intérêts qui m'a attiré ici – Oatley a consacré une grande partie de sa vie à ce qui se produit dans le cerveau qui lit.

Je suis venu voir le professeur Oatley pour lui poser une question bien précise que j'essaie maintenant de formuler, assis en face de lui dans le fauteuil de ses étudiants. Pour Proust, la lecture est «ce miracle fécond d'une communication au sein de la solitude[132]». J'aimerais mieux comprendre ce que cela veut dire. Comment et pourquoi communiquons-nous «au sein de la solitude»? En quoi ce détachement change-t-il la nature des messages que nous retirons des livres? Et quel est exactement ce «miracle fécond» que l'isolement du lecteur rend possible? Je finis par demander bêtement: «De quoi Proust parlait-il?»

Oatley regarde par la fenêtre avant de répondre. «Lire est une activité très singulière dans la vie de tous les jours, n'est-ce pas?» C'est une évidence, et, pendant quelques secondes, je me demande si l'éminent professeur va s'arrêter là. Mais non, il reprend son explication en frappant une main dans la paume de l'autre. «Quand on lit, on peut devenir quelqu'un d'autre. Un processus métaphorique se produit. Le soi devient Elizabeth Bennet ou Anna Karénine. On devient un protagoniste fictif. On peut donc vivre d'autres vies que la sienne.» Si Virginia Woolf pouvait nous

parler à partir de cet exemplaire de *Trois Guinées* sur la table, elle nous dirait peut-être ce qu'elle a écrit dans une lettre à Ethel Smyth: «L'état de lecture consiste en l'élimination complète de l'ego[133].» Les gens parlent de «se perdre» dans les livres. Ils veulent probablement dire que la forteresse qu'ils construisent autour d'eux, l'illusion du «soi» unique qui les protège dans leurs activités quotidiennes commence à se désagréger dès la dixième page d'un bon roman, laissant une nouvelle voix, une autre identité, s'emparer d'eux.

Quand je lis *Lolita* de Nabokov et passe quelques jours dans la peau d'un pédophile meurtrier ou quand je lis *Chez les heureux du monde* d'Edith Wharton et comprends les contraintes des femmes dans une société misogyne, je reçois ces expériences comme des dons, des dons que je ne peux apprécier que si je me calme et apaise mon ego survolté. L'art de la lecture, cet abandon solitaire de l'esprit, est un art que les lecteurs mettent des années à apprendre et qui, une fois maîtrisé, leur permet d'acquérir une qualité qui fait défaut à beaucoup de gens: l'empathie. Les lecteurs assidus, dit Oatley, apprennent à avoir des opinions et des idées qui ne sont pas les leurs. Ils sont prêts non seulement à *découvrir* de nouvelles pensées, mais à les *vivre*, à les absorber, à les chérir. D'autres chercheurs, comme Raymond Mar, un psychologue à l'université York, ont réalisé des IRM qui corroborent les théories d'Oatley[134]. En effet, les parties du cerveau qui sont activées pendant la lecture d'œuvres de fiction, en particulier, chevauchent de grandes zones du cerveau qui sont vouées à la compréhension des autres dans la vie de tous les jours. Quand on lit, le cerveau se comporte comme si on vivait les expériences du héros. Le lecteur solitaire répète, comme au théâtre, la vie des autres. N'est-ce pas là une bonne définition de l'empathie, se mettre à la place d'autrui?

Or, l'expérience solitaire de la lecture est maintenant menacée, ainsi que l'empathie qu'elle contribue à développer. Nos histoires sont désormais sociales. On peut imaginer que, dans 30 ans, auteurs et lecteurs utiliseront les technologies de plateforme pour interagir et se modeler mutuellement, pour le meilleur ou pour le pire. Les auteurs intégreront l'externalisation ouverte et l'intelligence artificielle à leurs trames narratives. (Je connais effectivement une auteure qui a déjà lancé une application conçue spécialement pour permettre à ses lecteurs de faire des suggestions pour ses

prochains ouvrages[135].) Les auteurs de ce genre deviendront surtout des performeurs, des marques. D'ailleurs, les auteurs d'essais voient déjà les livres comme des conférences TED issues de la rétro-ingénierie: le livre leur sert de carte de visite. Les livres eux-mêmes auront rarement une existence autonome; ils serviront surtout de produits promotionnels associés à des applications, à des jeux, à des chansons et à des séries télévisées. (Je signale en passant que le bestseller dans cette catégorie est un livre à colorier pour adultes sur Harry Potter.) Nos choix de lecture seront déterminés en partie par les catalogues des plateformes auxquelles nous sommes abonnés. Et les histoires que nous lirons ne seront pas constituées d'une suite statique de textes. Elles se transformeront au gré de nos préférences personnelles (la race et le genre du héros changeront à notre gré, par exemple). Ces ouvrages incorporeront les tendances de l'heure: les chansons pop, les choix de cocktails et le nom du président deviendront tous des éléments dynamiques de récits qui serviront d'écho à un éternel présent plutôt que de capsules du passé.

Nous nous sommes déjà préparés à l'expérience de la lecture sociale. Plus de la moitié des lecteurs de livres électroniques les lisent sur leur téléphone intelligent. De 9 pour cent en 2012, leur nombre a grimpé à 14 pour cent en 2015[136]. Quand on utilise le même appareil pour lire des livres et pour communiquer avec ses amis, on finit forcément par s'attendre à recevoir continuellement des commentaires en tous genres. L'influence de cette perpétuelle interaction s'étend bien au-delà de notre capacité de concentration. En effet, une étude publiée par le collège de Dartmouth en 2016 conclut, sans surprise, que même quand on se concentre sur un texte sur plateforme numérique, on est davantage porté à s'intéresser à des détails concrets qu'à des analyses plus pointues qui approfondissent le sens du texte; parmi les 300 participants, les sujets qui lisaient sur plateforme numérique devenaient significativement moins aptes à tirer des conclusions ou à penser de manière abstraite[137]. Donc, même si on pouvait éteindre toutes ses alertes et applications de messagerie, l'appareil lui-même demeure un instrument mal adapté à une lecture sérieuse. Maryanne Wolf, une neuroscientifique de l'université Tufts dont le sujet de recherche est le cerveau qui lit, soutient que nos téléphones intelligents sont «incompatibles avec la lecture profonde[138]».

Par comparaison, les lecteurs et les auteurs qui savent passer de longs moments seuls à lire de manière soutenue, ceux qui savent laisser leur ego se dissoudre dans celui d'un personnage de fiction, commencent à ressembler à des magiciens… ou à des dinosaures.

Les ouvrages de Tolstoï et de Proust, malgré l'aura qui les entoure, sont de plus en plus considérés comme les sous-produits d'une époque de l'histoire de la technologie où, avouons-le, il n'y avait pas d'autre moyen de se divertir. «*Bien sûr*, s'exclame la douairière du XIX^{e} siècle, *je pense que je vais m'asseoir dans ce fauteuil devant le feu pendant les huit prochaines heures*.» Malgré le succès de certains livres assez volumineux publiés à l'ère des écrans (Le *Chardonneret*, *Les Luminaires*), nombreux sont ceux qui, convaincus d'assister au dernier sursaut d'une technologie démodée, préconisent l'abandon de ces supports de lecture solitaire (les livres), car il faut accepter que les longs textes figés ne sont plus porteurs de sens et s'ouvrir à l'expression et à l'intervention continuelles de plusieurs voix à la fois. Kevin Kelly, le fondateur et éditeur exécutif du magazine *Wired*, déplore que les livres soient des «objets isolés, indépendants les uns des autres[139]». Pour sa part, le spécialiste des médias Clay Shirky estime qu'à notre époque les gens font semblant d'aimer Tolstoï et Proust par snobisme. *Guerre et Paix* est «trop long et pas tellement intéressant». Ces reliques ne sont qu'un «effet secondaire de la vie dans un environnement déconnecté». Cette époque est maintenant révolue et nous voguons vers «la plus grande expansion de la capacité d'expression que le monde ait jamais connue[140]». Cette rhétorique me rappelle une autre avancée technologique qui, elle, date du IV^{e} siècle avant notre ère.

Quand elle est apparue, l'écriture était une technologie puissante et dérangeante[141]. Pour que la lecture se répande, l'humain a dû adopter un état d'esprit qui lui était complètement étranger. La psychologue Alison Gopnik, de l'université Berkeley, a décrit comment l'invention de l'écriture a littéralement détourné à son profit des parties du cerveau qui étaient consacrées à la vision et à la parole[142]. Des troubles, comme la dyslexie, illustrent les graves problèmes que ce détournement peut causer à certains cerveaux. «L'évolution humaine, dit Maryanne Wolf, n'avait pas configuré le cerveau pour lire[143].» Quand nous avons appris à trouver un sens à ces petits gribouillis noirs, le cerveau a tout simplement dérouté d'office les

circuits de régions destinées à d'autres fins. Si la lecture n'est pas «naturelle», comment est-elle devenue aussi répandue? Quel avantage avons-nous obtenu en échange de ce terrible détournement de nos facultés mentales?

Une fois écrits, les mots deviennent statiques, ils perdent le caractère chaotique et dynamique du langage parlé. Nous troquons ce dynamisme contre quelque chose de nouveau: la séquence, la structure terriblement séduisante de la page écrite. L'écrit permet de travailler ses textes, de s'exprimer avec plus de soin, tant pour celui qui l'écrit que celui qui le lit. Il permet de formuler des pensées plus complexes que celles qui s'envolaient aussitôt prononcées dans un monde sans écriture. Selon Susan Greenfield, la neurophysiologiste vedette d'Oxford, la pensée littéraire est, en fait, une magnification de la pensée elle-même: «De mon point de vue, la notion de séquence est la quintessence même de la pensée. Il s'agit de l'étape mentale nécessaire à la distinction entre un raisonnement, un enchaînement d'idées, et une émotion unique, instantanée, capturée dans un rire ou dans un cri[144].» Les livres allongent la portée de nos séquences de pensée; ils nous procurent des habiletés surhumaines, propulsant le cerveau à des hauteurs vertigineuses.

Nous oublions facilement à quel point ce changement est artificiel, dopant même. L'apparence ordonnée, séquentielle d'un livre relève de douzaines de conventions très précises, d'un ensemble de balises invisibles sur lesquelles repose le monde littéraire. Dans des textes anciens appelés *scriptura continua*, par exemple, il n'y avait aucun espace entre les mots; la page écrite devait servir uniquement d'aide-mémoire pour le *vrai* moment où les mots seraient dits à haute voix. D'autres petits outils pour aider à la compréhension de la page écrite, comme les lettres majuscules, la ponctuation et l'indentation indiquant un nouveau paragraphe, sont autant d'inventions qui ont commencé à apparaître à mesure que l'écrit s'éloignait de la tradition orale et posait les jalons de son propre domaine séparé. Toutes ces conventions faisaient de la lecture une expérience semblable à une transe, que Marshall McLuhan a décrit comme «notre quête cinématique de gauche à droite[145]». À son meilleur, un bon livre nous enseigne à nous abstraire de notre environnement immédiat, à nous enfoncer dans un lieu imaginaire où le récit peut nous posséder à l'exclusion de tout ce qui nous entoure. Mais, mieux encore, en nous

abstrayant de notre environnement, nous nous connectons à quelque chose de plus grand et de très lointain; quelque chose d'étranger.

Ce miracle de connexion solitaire a dû paraître bien bizarre à ceux qui en faisaient l'expérience. Les lecteurs du Moyen Âge ont sûrement été perplexes en voyant pour la première fois des gens lire en silence. Comment pouvait-on ne pas lire un texte à haute voix, le garder en soi? Si vous pouviez retourner dans le temps et observer un lecteur médiéval typique, qui lit en prononçant les mots tout bas et en martelant la page du doigt à chaque difficulté, vous auriez l'impression de voir un enfant[146]. Même le très sophistiqué saint Augustin a été renversé en voyant pour la première fois une personne qui lisait en silence. Il prend le temps dans ses *Confessions* de décrire comment l'évêque Ambroise parcourt ses livres sans bouger les lèvres; il est incroyable que «son cœur saisisse le sens» alors que sa bouche ne fait aucun bruit. C'était là une nouvelle forme de secret très séduisante.

Dès le X^{e} siècle, la lecture solitaire était devenue beaucoup plus répandue[147]. Par cette retraite silencieuse en soi, le lecteur put ainsi se glisser dans un nouvel espace privé de la pensée humaine, qui n'était rien d'autre que le résultat d'une réalité technologique. Aussi répandue soit-elle devenue, la culture de la lecture en solitaire apparue au cours des siècles suivants n'était pas naturelle, pas plus que les sentiments d'empathie qu'elle a suscités. Aujourd'hui, les technologies de plateforme font disparaître la solitude autrefois intrinsèque au récit littéraire. Peut-être ont-elles le même effet sur notre empathie?

«Ce n'est pas parce qu'il ne t'aime pas comme tu le voudrais qu'il ne t'aime pas de tout son cœur.» À 24 ans, la jeune Anna Todd manœuvre son chariot dans les allées trop éclairées du magasin Target en se servant de ses coudes et garde les mains libres pour taper sur son téléphone Android tout en avançant. Ses pouces parcourent sans relâche la surface vitrée. «*Nous sommes si différents et pourtant nous sommes pareils*.» Le roman qu'elle est en train d'écrire allait devenir un bestseller qui toucherait le cœur de

millions de lecteurs. «*Je suis un papillon de nuit pour sa flamme et il n'hésite jamais à me brûler*.»

Et quel bestseller! Todd signa l'un des plus lucratifs contrats d'édition de tous les temps, un contrat que personne dans le monde de l'édition n'avait vu venir. Les chapitres qu'elle postait au fur et à mesure sur Wattpad, une plateforme sociale pour écrivains amateurs, ont été téléchargés plus d'un milliard de fois. Elle jette une boîte de conserve et un paquet de piles dans son charriot. «*J'ai besoin qu'il ne se voie pas en monstre*.» Le chapitre est terminé et Todd le met en ligne pendant qu'elle fait la queue à la caisse. Elle peut déjà sentir les réactions qui arrivent – par centaines et par milliers – les suggestions de rebondissements, corrections et conseils, l'augmentation du nombre de vues et les éloges en cascade. Son livre était devenu un phénomène planétaire avant même qu'elle ait fini de l'écrire.

Todd avait toujours été une «fangirl» invétérée. À l'âge de 13 ans, alors qu'elle vivait à Dayton, en Ohio, tout en rêvant d'être ailleurs, c'était Josh Hartnett qui l'obsédait. Puis ce fut *Twilight* et *Cinquante nuances de Grey*. À 18 ans, elle épousa son petit ami de l'école secondaire, un soldat qui avait reçu une affectation à Fort Hood, au Texas. Dans cette ville, Todd travailla comme serveuse dans un restaurant Waffle House, puis à un comptoir de maquillage, tout en continuant à lire en ligne sa «fanfiction» préférée. En 2013, à nouveau à la recherche d'un emploi, elle commença à s'intéresser au boysband britannique One Direction – plus précisément au séducteur chevelu du groupe, Harry Styles.

Ce qui distinguait Todd d'une fangirl ordinaire était la profondeur de sa vision. Elle prit l'habitude de lire de très courts extraits de fanfiction – appelés imagines – qui sont parfois utilisés comme légendes de photos sur Instagram, ce qui l'amena à consulter Wattpad, où un grand nombre des mêmes auteurs donnaient vie à leurs fantasmes dans de véritables œuvres de fiction. Wattpad permet aux auteurs d'utiliser une «vedette» comme personnage principal au lieu d'avoir à en inventer un à partir de rien. Harry Styles est un choix populaire de héros masculin (côté féminin, c'est Taylor Swift). Dans un épisode très apprécié, Harry est impliqué dans un réseau de trafic d'esclaves sexuelles; dans un autre, il vole une petite fille née cinq minutes plus tôt, dont il sait qu'elle deviendra son «âme sœur». (Dans la

plupart des histoires, Styles est attiré par une jeune fille sans défense qui finit par l'aimer en retour.)

L'histoire qu'Anna Todd commence à écrire, appelée *After*, est à plusieurs égards une fantaisie Wattpad typique: un mauvais garçon tout tatoué doit être apprivoisé par l'amour d'une gentille femme. Le vilain Harry Styles rencontre la virginale Tessa Young à l'université de l'État de Washington. Il est horrible. C'est un goujat qui boit du scotch; il est méchant avec elle et lui fait de la peine, mais son magnétisme est indéniable. Bientôt transformé par l'amour de Tessa, il devient l'être noble qu'il est en réalité. Ils sont étendus dans le gazon, le beau gazon vert, et Harry, appuyé sur ses coudes, est suspendu au-dessus d'elle. Malgré son désir, il ne veut pas prendre sa virginité avant qu'elle ne soit prête. «J'ai l'impression d'être faite de glace et lui de feu», dit Tessa.

Quand Ashleigh Gardner, la directrice du contenu chez Wattpad, se rend compte que les téléchargements de Todd sont suivis par des dizaines de millions de fans, elle juge plus prudent de lui envoyer une note lui demandant si elle serait intéressée à ce que Wattpad lui serve d'agent; aimerait-elle que Wattpad vende son œuvre à une vraie maison d'édition? Todd a pris plusieurs jours avant de répondre au courriel, tellement cette offre lui paraissait irréelle. Wattpad a toutefois réussi à la convaincre et a vendu son œuvre à Simon & Schuster pour une somme dépassant le million de dollars, Wattpad gardant un pourcentage au passage. Et, subito presto, son histoire a pris la forme d'une série de quatre romans à couverture rigide maintenant vendus dans 30 pays. Paramount en a acheté les droits pour le cinéma.

On croit rêver! Comment cela a-t-il pu se produire? Moi, le scribe prétentieux et vieux jeu, qui ne jure que par les maîtrises en création littéraire, les agents et les auteurs agoraphobes dans leur robe de chambre tachée de café, je reste sur la touche et m'interroge. La prose de Todd est spontanée et ressemble davantage à une séance de clavardage qu'à de la littérature traditionnelle. On pense spontanément au commentaire de Truman Capote sur le livre de Kerouac, *Sur la route*: «Ce n'est pas de l'écriture, c'est de la dactylographie.» Si la littérature est une façon d'assembler, en les enchaînant, des pensées plus complexes que ne peuvent produire nos processus mentaux spontanés, alors *After* n'est pas vraiment de la littérature, mais le résultat d'un processus pseudo-oral automatique, un

texte cancanier, très sexuel, divisé en minuscules bouchées, et qui a connu un succès monstre.

After est né de la réalité technologique de son auteure. Voici comment Todd explique son succès: «Certaines personnes mettent dix ans à obtenir un contrat d'édition, elles ont des diplômes, elles sont beaucoup plus intelligentes que moi et leur grammaire est bien meilleure que la mienne, mais j'ai utilisé Internet et c'est ça qui m'a permis de me démarquer[148].»

En lisant davantage sur l'œuvre de Todd et sur la plateforme qui l'a propulsée vers la célébrité, j'ai commencé à me demander si je n'avais pas raté le coche. Le vrai style dans lequel les récits du XXI^e^ siècle sont écrits m'est-il étranger? Ai-je été laissé, valise à la main, sur le quai de la gare à regarder le train passer? Avec les nouvelles formes d'écriture sur plateforme, les relations entre auteurs et lecteurs sont plus interdépendantes. Les vieux modèles littéraires dans lesquels auteurs et lecteurs existent dans des silos séparés seraient-ils en train de disparaître?

Wattpad se présente comme le YouTube des lecteurs. La plateforme permet à tous de publier et de télécharger gratuitement des œuvres de fiction. Ses utilisateurs sont pour la plupart très jeunes (78 pour cent d'entre eux ont moins de 25 ans) et de sexe féminin (trois fois plus de femmes que d'hommes). La très grande majorité d'entre eux participent aussi à une forme ou une autre de «*fandom*»; ils écrivent et lisent des récits basés sur *Game of Thrones* ou *Harry Potter*, etc. Il existe même de la fanfiction sur différentes marques (*The Fault in Our Starbucks*); de la fiction croisée (*Pirates of the Caribbean* rencontre *Rocky Horror*); certains ouvrages sont basés sur des mèmes évadés d'Internet. On peut penser à *Alex from Target*, par exemple, une obsession devenue virale qui a été déclenchée quand un employé particulièrement séduisant d'un magasin au Texas a été photographié par un client. Il existe même des fictions basées sur des applications, dont un exemple carrément kafkaïen où Kim Kardashian est emprisonnée dans son propre jeu. Les auteurs de Wattpad publient leurs récits épisodiquement en petits chapitres téléchargés à mesure qu'ils sont écrits. Une fois un chapitre en ligne, le site Web envoie une notification pour alerter les lecteurs. Ceux-ci commentent aussitôt le scénario de l'histoire (quels personnages ont leur faveur et lesquels sont des «salauds»)

et signalent des incongruités que l'auteur doit corriger. Ils font abstraction des fautes de frappe ou de grammaire, sinon, ils n'en finiraient plus. L'écriture est réactive, presque collaborative.

J'ai réussi à parler à Todd au moment où *After* venait de faire son apparition (en livre à couverture rigide) en librairie partout dans le monde. Je lui ai demandé comment elle se sentait d'être publiée sur papier. «C'est tellement bizarre de n'avoir qu'un seul éditeur, m'a-t-elle répondu. Je suis habituée à en avoir des milliers, vous savez. Normalement, je consacrais quelques heures à la lecture des commentaires quand je postais un extrait, et cela m'aidait à améliorer mon histoire, mais depuis que je travaille avec l'éditeur de chez Simon & Schuster, chaque envoi est accueilli par un étrange silence. J'étais habituée à recevoir immédiatement au moins un petit encouragement de mes lecteurs.»

C'est à cette époque que j'ai eu la chance de devenir moi aussi un auteur de plateforme sociale. Une entreprise techno m'a demandé de créer une histoire pour une application du genre «Choisissez votre propre aventure». Les lecteurs progresseraient dans l'histoire en lisant des messages qui leur demanderaient de texter à leur tour le «narrateur». Selon les suggestions des lecteurs, l'histoire pouvait aller dans une douzaine de directions. L'application retient certains mots clés choisis dans les textos des lecteurs, de sorte que ceux-ci apprennent à éviter les réponses nuancées ou créatives. Animé d'un intérêt morbide, j'ai essayé de satisfaire la jeune entreprise.

En ouvrant leur plateforme d'écriture, je me suis retrouvé devant un écran noir et un ensemble d'outils. Je pouvais créer des boîtes de contenu (une histoire) et des liens entre ces boîtes; chaque lien serait activé par des mots clés tirés des réponses envoyées par les lecteurs. J'ai parcouru un document d'instructions de sept pages sur la façon d'utiliser le programme: plein de conseils comme «utilisez des phrases génériques» et «rendez vos choix évidents». J'ai écrit une boîte d'introduction qui finissait par une question fermée de type «oui ou non» qui menait à deux scénarios; ceux-ci se divisaient alors en quatre histoires différentes – mais il n'y en avait qu'une seule que je désirais raconter. Je me suis arrêté, j'ai fixé l'ordinateur. On aurait dit que tous les mots valsaient sur l'écran. J'ai alors compris que cette branche de l'écriture sociale n'était pas qu'un «style» différent; c'était

un tout nouveau métier et ma façon de voir la rédaction d'un récit ne fonctionnait plus.

J'ai visité le luxueux siège social de Wattpad pour voir de mes propres yeux un endroit où l'écriture sociale connaît le succès. L'immeuble, près du bord de l'eau au centre-ville de Toronto, est à la fois chic et bohème, un mélange de poufs, de fauteuils poires et de murs couverts de tableaux blancs où subsistent des vestiges de remue-méninges. «Nous avons, évidemment, la table de ping-pong obligatoire dans toutes les startups technos», m'a dit le charmant spécialiste des communications qui m'a accueilli. En revanche, les bureaux étaient pour la plupart inoccupés. «Il y a habituellement du monde ici», m'assura-t-il. J'étais impressionné, lui dis-je, du nombre d'utilisateurs qu'une équipe d'une centaine de personnes peut toucher à l'ère des plateformes numériques. Quarante millions d'utilisateurs publient des histoires sur le site (sans être rémunérés) et les téléchargent (sans payer un sou). Au final, ensemble, les utilisateurs passent neuf milliards de minutes par mois sur Wattpad, consommant des histoires écrites en 50 langues. Ces chiffres seront certainement horriblement dépassés quand vous lirez ces lignes, car, chaque seconde, le site reçoit une quantité de matériel qui correspond à 24 heures de lecture.

Le cofondateur du site, Allen Lau, m'a rencontré dans une pièce appelée *My Wattpad Love*[a]. C'est un homme souriant, mince et d'un optimisme presque fébrile. Depuis qu'il a lu *Moby Dick* sur son téléphone en 2007, il est convaincu que la technologie des médias sociaux mobiles représente l'avenir du style narratif et il est animé d'une ferveur quasi religieuse quand il parle de son travail. «Nous faisons une œuvre qui n'existerait pas sans Internet, m'a-t-il dit. Les histoires sont devenues interactives.» Tellement interactives, en fait, que les auteurs ont commencé à créer de faux comptes Wattpad pour leurs personnages fictifs – qui peuvent ainsi participer à la conversation sur les forums de commentaires! Le commentaire déborde dans la trame narrative et la trame narrative influence le commentaire.

Autre innovation de Wattpad, la façon dont Lau a monétisé le site. Par exemple, les publicités pour le lancement du film *Nos étoiles contraires (The Fault in Our Stars)* ont ciblé les lecteurs qui avaient déjà cliqué sur des mélodrames commandés par Wattpad pour servir d'appât à ce même public. Aux Philippines, où la plateforme est particulièrement populaire,

Unilever commandite du contenu sur des jeunes gens qui utilisent ou non des produits Unilever. (Toujours aux Philippines, une mini-série télévisée appelée *Wattpad Presents* donne vie à des histoires d'amour populaires déjà parues sur Wattpad.) «Il y a cinq ans, les consommateurs étaient très offusqués quand on leur cachait qu'une série était commanditée, dit Lau. Dans cinq ans, ils s'y attendront. Tout compte fait, tant qu'on ne bombarde pas les consommateurs d'annonces, il n'y a pas de souci.»

Si Wattpad, comme toutes les plateformes, a trouvé une façon de monétiser le travail d'utilisateurs non rémunérés, Lau croit qu'il offre aussi de véritables avantages aux aspirants écrivains. «Dans l'ancien modèle des maisons d'édition traditionnelles, les auteurs devaient écrire un livre au complet sans recevoir le moindre commentaire. Il fallait ensuite trouver un agent, être remarqué par une maison d'édition et ainsi de suite. Ces joueurs étaient autant d'obstacles à la publication.» Lau me fait un grand sourire candide. «Internet a fourni une nouvelle option aux écrivains. Je pense que c'est une option puissante qui a bouleversé l'avenir de l'écriture.»

Compte tenu de l'avenir incertain de l'édition, on ne s'étonnera pas qu'Anna Todd ne soit pas attirée par la publication conventionnelle. Malgré son immense succès, elle a l'intention de continuer à écrire sur la plateforme Wattpad. Loin de se plaindre de l'absence de rémunération, Todd est tellement entichée de Wattpad qu'elle a du mal à utiliser des logiciels qui ne comportent pas de fonction interactive, comme Microsoft Word. «Je me sens bizarre quand je travaille autrement que sur Wattpad, m'a-t-elle dit. Même pour écrire le nouvel épilogue d'un livre publié par Simon & Schuster, je n'y arrivais pas. J'ai dû employer la plateforme Wattpad. C'est étrange.» Elle est persuadée que Word est un peu obsolète, comme la machine à écrire ou le papyrus. «Je suis absolument convaincue que tout le monde écrira de cette manière dans l'avenir, m'a-t-elle dit. Ce quatrième mur entre l'auteur et le lecteur n'a plus sa raison d'être.»

Tout cela restait encore vague pour moi. Pour bien comprendre l'expérience de l'écriture sociale, il fallait aussi que je fasse celle de la *lecture* sociale; ce sont les deux faces d'une même pièce. J'ai donc rencontré Bob Stein, dont les connaissances en la matière ne sont plus à démontrer. Stein est un New-Yorkais de 70 ans qui a dirigé pendant 13 ans le développement de la collection de films Criterion. Il a été le premier à comprendre que la véritable valeur d'une cinémathèque comme Criterion résidait dans sa

capacité de graver sur disque laser ou DVD des heures et des heures d'archives. La technologie permettait aux réalisateurs de restaurer des scènes qui avaient été supprimées et surtout d'intégrer des commentaires dans leurs films. (Criterion movies a été la première entreprise à inclure des commentaires audio scène par scène.) Les consommateurs désiraient avoir accès aux coulisses des films. Criterion a eu cette idée de génie, qui coïncidait, de plus, avec l'essor des réseaux sociaux. Quand Martin Scorsese parle du tournage de *Goodfellas* en s'adressant *directement au spectateur*, celui-ci se sent important et connecté à Hollywood, un monde autrefois inaccessible.

La nouvelle incursion de Stein dans le commentaire est beaucoup plus sociale. Il occupe présentement le poste de directeur de l'Institute for the Future of the Book, qui a pour mandat d'influencer l'évolution de nouvelles formes d'expression et de discours intellectuels[149]. La plateforme SocialBook, le projet phare de l'institut, permet à tout lecteur d'écrire des commentaires dans les marges de textes numériques et de clavarder avec la communauté qui vit dans ces marges. On peut comparer la plateforme à une sorte de club de lecture vivant et permanent qui, une fois complètement déployé, aura d'innombrables ramifications.

«Les gens ne comprennent pas ce qu'est la lecture sociale avant de l'*essayer*, m'a dit Stein. Pour une génération habituée à lire en solo, c'est comme expliquer le sexe à un enfant de six ans. Il n'a pas l'impression que ce sera très agréable.» Je lui lance la vieille notion du lecteur solitaire, roulé en boule devant un feu, mais Stein me renvoie la balle. «Les gens *pensent* qu'ils veulent être seuls sur la page, mais une fois qu'ils constatent à quel point les commentaires peuvent enrichir leur compréhension, croyez-moi, ça change tout. C'est profondément expérientiel.»

«Plus personne ne voudra lire tout seul, ajoute Stein. Les possibilités offertes par la lecture électronique deviendront de plus en plus intéressantes. Les livres imprimés ont peut-être un avenir, mais seulement en tant qu'objets d'art. Et, à mesure que la lecture deviendra plus sociale, l'effort collaboratif sera plus amusant et plus productif.»

À la prestigieuse école Dalton dans le quartier Upper East Side de Manhattan, Sol Gaitán enseigne depuis trois ans un cours de littérature hispanique à l'aide d'un prototype de SocialBook. Gaitán est elle-même une personne solitaire qui adore lire des livres papier et fuit les plateformes

comme Facebook. Pourtant, elle se qualifie maintenant de pionnière du mouvement de la lecture sociale. Quand je lui ai parlé, elle venait de lire *Don Quichotte* (en version intégrale, en espagnol du XVII^{e} siècle) avec une classe d'élèves de dernière année de Dalton. Ses élèves lisaient l'ouvrage de 1000 pages exclusivement sur écran et laissaient au fur et à mesure de leur lecture un corpus de commentaires dans les marges numériques.

«Au début, ils étaient réticents, m'a dit Gaitán. Ils n'aimaient pas l'idée que le système leur envoie une alerte chaque fois que quelqu'un faisait un commentaire sur le texte, mais ils ont rapidement fait le lien avec les médias sociaux qu'ils utilisaient déjà. C'est comme texter ou twitter.» Avec SocialBook, souligne Gaitán, un élève peut difficilement faire semblant d'avoir lu un ouvrage puisque le système garde un registre de ses progrès: tous ses commentaires deviennent les miettes de pain qui prouvent qu'il a bien lu un livre.

«C'est vrai que la lecture était devenue une activité solitaire au cours des derniers siècles, m'a dit Gaitán, mais elle a déjà été beaucoup plus publique quand les livres étaient moins répandus et qu'ils étaient lus à voix haute devant un groupe. D'une certaine manière, on peut dire qu'on recule dans le temps. On revient à l'idée de s'asseoir et d'écouter un lecteur. C'est comme si on revenait à l'oralité. Maintenant que tout est en train de devenir social, la lecture ne pourra pas y échapper avec le temps.» Pour sa part, Gaitán est enthousiasmée par le phénomène, et pas seulement comme un outil d'enseignement pratique: «Il m'arrivait autrefois d'écrire dans les marges de mes livres, mais toutes ces réflexions allaient dormir sur mes étagères. Aujourd'hui, quand j'écris dans les marges d'un livre numérique, je peux partager mes commentaires, et j'ai l'impression que c'est une chose très importante.»

Entre-temps, j'essayais toujours d'écrire une histoire pour cette startup. Dans ce cas précis, la rétroaction des lecteurs n'est pas uniquement «une chose très importante», elle est essentielle à la progression du récit. J'avais de la difficulté à concevoir la prémisse: une douzaine d'arcs dramatiques (chacun pouvant croiser tous les autres) qui menaient à une douzaine de fins qui dépendaient toutes des émotions et des réactions de lecteurs anonymes, sans oublier les préférences de l'algorithme.

Pourquoi, me demandais-je, devrais-je mettre de vrais efforts à rédiger les textes de chacun de ces fils conducteurs alors que les lecteurs allaient en lire au plus 10 pour cent? Cette façon de travailler me portait à bâcler mes phrases, je devenais indifférent à la qualité de mon écriture. J'étais stupéfait, sans être vraiment étonné, de constater qu'un simple changement de médium pouvait modifier à ce point mon attitude.

En 1997, Sun Microsystems a étudié la façon dont les gens lisent et écrivent en ligne. Ils ont constaté que ces activités ressemblent bien peu à ce qu'on appelait autrefois «lire» et «écrire». Seulement 16 pour cent des gens lisent des pages Web comme ils lisaient des livres, par exemple. Ils lisent surtout en diagonale, sautant d'un coin à l'autre, choisissant des phrases et des images à la manière d'un chasseur-cueilleur. Pour Jakob Nielsen, l'auteur de l'étude, cette manière de faire n'est pas de la lecture[150].

Pour satisfaire la nature insaisissable du nouveau médium, les créateurs de contenu ont été encouragés à pondre des textes concis, objectifs et faciles à parcourir, avec des listes de points clés et au plus une idée par paragraphe. Des progrès ont été réalisés depuis et l'utilisation des textes en ligne est devenue plus conviviale, mais ces contraintes montrent tout de même que c'est nous qui nous adaptons au médium plutôt que le contraire.

Non seulement avons-nous déplacé nos habitudes de lecture vers les plateformes en ligne, nous avons aussi abrégé nos mots, investi l'espace public et multiplié les hyperliens. En 2010, des chercheurs ont découvert que nous avions appris à nous concentrer uniquement sur les bandes-annonces et les titres des courriels[151]. Nous avons numérisé ce qui était autrefois une approche analogique de la pensée. Les spécialistes ont ensuite convaincu marketeurs et éditeurs que les consommateurs seraient toujours plus nombreux à lire leur contenu sur une technologie mobile. Il fallait donc que les textes soient de plus en plus raccourcis pour accommoder les petits écrans et la capacité d'attention de clients potentiels toujours en mobilité. C'est ainsi que nous avons appris à abréger, à rendre la lecture le plus efficace et parcellaire possible. Naturellement, la simplification extrême de la lecture a rendu le partage de contenu beaucoup plus facile, ce qui a ouvert la voie aux nouvelles formes de récit social préconisées par Lau.

Les adeptes du déterminisme technologique soutiennent que maintenant que notre instinct social est remonté à la surface, la table est mise pour l'avènement d'un changement aussi fondamental que l'invention de l'imprimerie par Gutenberg. Les SocialBooks et autres Anna Todd de ce monde ne sont qu'un avant-goût d'une nouvelle/vieille façon d'écrire de la fiction dont il est présentement impossible d'imaginer l'évolution. Nous assistons aux premiers balbutiements du texte social. Pensez qu'il a fallu 60 ans après la construction de la première presse d'imprimerie de Gutenberg pour que quelqu'un ait la brillante idée de numéroter les pages. Qui sait quelles innovations viendront modifier le texte social au cours des décennies à venir?

Qui peut dire si l'apparition de la lecture et de l'écriture sociales pourra remplacer les mérites de la lecture et de l'écriture solitaires (style soigné, empathie silencieuse)? Peut-être assisterons-nous à l'apparition de nombreux nouveaux styles de prose. La poésie lyrique a connu un grand essor en Grèce au VII^{e} siècle, quand les poètes ont pour la première fois eu accès à du papyrus bon marché. La surabondance de technologies sociales sera-t-elle l'occasion d'une explosion de créativité? Déjà, des esprits brillants évoquent ces possibilités, notamment le poète Kenneth Goldsmith de l'université de Pennsylvanie. Il y donne un cours intitulé *Perdre son temps sur Internet*, dans lequel les étudiants doivent obligatoirement naviguer à l'ordinateur. Il est persuadé que la frénésie d'Internet peut susciter le développement de nouvelles avenues de création littéraire. Un «inconscient collectif numérique» surréaliste peut produire de nouvelles œuvres «par des moyens qui ne sont pas encore reconnus comme littéraires[152]».

De grands auteurs, dont Jennifer Egan, ont publié des histoires sous forme de séries de centaines de tweets (mais Egan a choisi de fusionner l'ancien et le nouveau et publie ses tweets sur le compte Twitter du *New Yorker*). Alain de Botton a écrit un livre «en direct» de l'aéroport Heathrow pendant que des passants regardaient son écran lumineux. (*Une semaine à l'aéroport* est à la fois un coup de pub et un tour de force de concentration.) Même Margaret Atwood a publié une histoire de zombies sur Wattpad. (Elle s'est d'ailleurs moquée de ceux qui lui reprochaient de ne pas «défendre la littérature avec un grand L[153]».)

Après m'être essayé à l'écriture sociale pendant trois jours, j'ai tout abandonné. Premièrement, laisser les commentaires des lecteurs dicter mon écriture m'épuisait et, deuxièmement, toute cette démarche était en totale contradiction avec la façon d'écrire que je connaissais et aimais. Alors que mes écrits exprimaient autrefois une motivation intime et ma personnalité singulière, j'étais maintenant réduit à essayer de bricoler une histoire sans voix propre ni ligne directrice, une narration algorithmique conçue pour cracher des scénarios en réaction à n'importe quel entrant. Cette variante de l'écriture sociale me semblait à la fois frustrante et, je l'avoue, ennuyeuse. «Bande de cons», ai-je marmonné en fermant mon ordinateur portable.

Les générations futures apprendront peut-être à déjouer le système et à se déplacer à leur guise d'une technologie à l'autre. Pour ma part, je me suis retiré de l'option sociale. J'ai commencé à me rendre au bord de l'eau pour lire, loin de mon téléphone et de l'œil de cyclope de mon modem. Sur la digue, bien emmitouflé pour me protéger du vent, assis sur un pull en guise de coussin, j'ai redécouvert un état d'esprit que j'aurais pu oublier: la vraie lecture, celle qui ressemble à une transe, qui calme mes anxiétés et me fait oublier les tracas de ma vie de tous les jours. C'en était presque affolant; d'en refaire l'expérience, bien sûr, et aussi de me rendre compte à quel point ma façon de lire avait changé depuis mon enfance, quand je devenais littéralement Holden Caulfield ou Mary Lennox. Quand je me retrouvais seul et jouais à une autre vie.

Longtemps après ma rencontre avec Oatley, j'ai fini par me rendre compte quel parfait idiot j'avais été envers Anna Todd. Je lui avais vanté les mérites de l'empathie, les qualités pratiquement surhumaines que mon vieux style d'écriture et de lecture procurait, sans jamais manifester la moindre ouverture d'esprit pour sa vision sociale du monde. Il se peut que le mur entre lecteurs et auteurs doive être démoli, après tout. Pourquoi pas? Ces vieilles histoires, ces romans que nous lisions avec leur intrigue unique et leurs auteurs disparus depuis si longtemps étaient aussi une invention, un phénomène qui était à la mode depuis des centaines d'années, un reliquat de la presse d'imprimerie du XV^{e} siècle. Peut-être le moment est-il venu d'adopter de nouvelles façons de raconter les nouvelles histoires de nos nouvelles vies?

Chaque technologie ajoute sa propre lentille devant nos yeux. Et qui peut dire que la lentille des médias sociaux aura moins d'avenir que celle de la presse d'imprimerie? De toute façon, il est rare que la vie soit aussi béatifique que le dénouement d'un roman. Au contraire, dans la vie, nous arrivons inévitablement à la croisée de chemins où il faut choisir, un peu à la manière d'un tweet. Qui peut dire lequel de l'âge de l'imprimerie ou de l'âge des écrans décrit le mieux la façon dont nos vies évoluent à chaque décision que nous prenons? Pouvons-nous savoir quelle forme de trame narrative sait le mieux rendre la signification des innombrables événements d'une seule journée?

Après tout, la fragile notion que notre vie est une histoire cohésive (que chacun trouvera son Heathcliff ou survivra à Mordor), l'idée que chacun d'entre nous est nécessairement le héros d'une histoire ne trouve pas d'écho dans la vie d'aujourd'hui. La vraie vie ressemble plutôt à un blog sur Tumblr qu'à un roman. La vraie vie est aléatoire, irrépressible et on la voit à peine passer devant nos yeux ébahis. Le travail d'Anna Todd reflète bien mieux la vie au XXI^{e} siècle que mes ouvrages ne pourront jamais le faire.

Pour ce qui est de mon expérience d'écriture sociale, j'ai envoyé à la startup techno le maigre résultat de mes efforts, ajoutant que je renonçais à la rémunération de 100 dollars qui m'avait été offerte. Une semaine plus tard, j'ai reçu un courriel me demandant d'excuser ce retard à me répondre. L'entreprise reçoit tellement de messages que le mien s'était perdu.

---

a Les pièces du siège social de Wattpad sont toutes nommées en l'honneur d'histoires populaires sur le site. *My Wattpad Love* est un roman d'amour d'Ariana Godoy au sujet d'une fille qui sort de son isolement en publiant des histoires sur Wattpad. Plus tard, elle rencontre un autre utilisateur de la plateforme, un mauvais garçon arrogant, fumeur et méchant avec elle. Elle est attirée par son âme blessée et ils tombent amoureux.

10
Lettres d’amour

Quelques douzaines de jeunes femmes et de jeunes hommes brillants, tous dans la vingtaine et bien disposés, sont suspendus devant leur machine à écrire et se demandent comment commencer. On leur a offert du thé et des biscuits et on leur a distribué du papier de divers motifs et couleurs. L’ambiance est agréable et conviviale, mais on sent une certaine fébrilité à la Regional Assembly of Text. Les machines à écrire, alignées des deux côtés d’une seule très longue table, sont des modèles classiques dont les noms laissent présager de grandes choses: Underwood, Olympia, Remington et Hermès. Le cliquetis hésitant des frappes et l’irrévocable retour de chariot commencent à remplir la pièce. Une femme d’environ 22 ans, la tête couronnée d’un échafaudage élaboré d’innombrables tresses, approche ses ongles noirs des frappes, essaie de taper une lettre, et hésite.

Depuis 2005, un atelier mensuel de rédaction de lettres est offert dans ce quartier très «hipster» de l’East Side de Vancouver. Le lieu abrite normalement une papeterie mais, certains soirs, il se transforme pour les jeunes qui assistent à l’atelier. Et ils sont nombreux. À mesure que l’époque des machines à écrire et des «vraies» lettres recule dans le temps, on assiste à une certaine fétichisation de ces artefacts. Comme m’a dit une participante: «Pour la nouveauté, les objets archaïques et futuristes sont pareils. Il faut s’habituer à utiliser une technologie, vieille ou nouvelle, c’est la même chose.»

Je ne peux pas m’empêcher de comparer la fascination bienveillante de ces jeunes à la gravité des premiers écrivains publics, il y a quelques millénaires, pour qui un message couché sur un papyrus grossier n’était pas une mince affaire… Un soldat romain, à la rude frontière de Vindolanda près du mur d’Hadrien, supplie ses êtres chers de lui envoyer une paire de chaussettes neuves. Un homme d’État grec rédige une série d’ordres violents destinés à être récités théâtralement en public[154]. Et aujourd’hui,

Cleo fréquente la Regional Assembly of Text et se demande ce qu'elle pourrait bien écrire d'important à son petit ami.

«Je ne savais pas qu'il n'y aurait pas de frappe pour supprimer», se désole Alex, un jeune homme mince, affublé d'une imitation d'un ancien T-shirt de Star Wars, et qui tente d'écrire une lettre à sa petite amie. Il fait un geste en direction de sa dactylo et de la page couverte de fautes d'orthographe et de lignes raturées à la main. Alex se rend compte que ses pensées sont moins claires qu'il ne l'imaginait. Une émotion transparaît quand même dans ce désordre: «C'est ma première lettre, ma première vraie lettre. Quelle chance tu as.»

Tous ne sont pas venus pour écrire des lettres d'amour. Un jeune homme me dit qu'il souhaite «dactylographier des citations d'Oscar Wilde parce qu'elles auront plus fière allure tapées à la machine à écrire». D'autres ont plutôt pour but de saisir cette occasion pour poster des images sur leur compte Instagram; d'autres encore se servent de leur téléphone intelligent pour immortaliser «l'authenticité» en action.

Une jeune femme me dit qu'elle écrit à sa famille à Copenhague. «C'est comme passer un après-midi dans le salon avec ma famille, dit-elle. Je peux être, comment dire, plus simple. La lenteur de la dactylographie me fait sentir plus proche d'eux. Je ne sais pas.»

Je retourne au comptoir du magasin pour parler avec la cofondatrice du projet, Brandy Fedoruk. Selon elle, le club de rédaction de lettres a ouvert à ses jeunes participants une fenêtre sur un état d'esprit quasiment disparu. «Sur un téléphone ou un ordinateur, la pensée n'arrive pas à suivre les doigts, ajoute-t-elle. Pour moi, la dactylographie correspond à la vitesse de la pensée.»

Lors de ces soirées, Brandy joue le rôle d'une tante bienveillante. Les participants, qui sont habitués d'écrire à leurs amis un flot continu de messages tout au long de la journée, se sentent paralysés par la perspective d'avoir à produire un seul document plus long. Souvent, ils ne savent ni quoi ni à qui écrire. Plusieurs d'entre eux n'ont jamais reçu de lettre.

Une jeune femme, May, me dit qu'elle écrit «à son petit ami pour lui dire qu'elle ne veut plus qu'ils communiquent par textos».

— Cela me semble bien romantique, lui dis-je en souriant; vous aurez d'autant plus envie de vous voir en personne.

May fronce les sourcils et se mord la lèvre. «Oh, vous n'avez pas compris. Ceci est une lettre de rupture. Quand je dis que nous ne texterons plus, je veux dire que nos chemins vont se séparer.»

Je me dirige vers la sortie tandis que plusieurs autres jeunes gens entrent dans le magasin. Ils pointent les machines à écrire du doigt comme s'ils venaient d'apercevoir un groupe de créatures exotiques dans un zoo. Pour eux, l'idée d'écrire sur un appareil qui n'est pas connecté, de ne pas recevoir immédiatement une réponse et de passer une heure à écrire un seul «message» est une sorte de blague, une forme d'ironie.

Et pourtant, leurs pensées sont remplies d'espoir et de bienveillance:

Je pourrais enfin lui dire ce que je ressens.

Il comprendrait pourquoi j'ai agi ainsi.

Je pourrais enfin m'expliquer.

Il y a eu, dans le monde des communications, un Big Bang après lequel la correspondance a perdu son aura de mystère pour ne jamais la retrouver. C'est le moment où certaines vieilles notions, comme expédier de précieux extraits de texte à travers de vastes étendues de temps et d'espace, ont vacillé, ont craqué et ont volé en éclats. C'était le 29 octobre 1969 à 22 h 30, dans le laboratoire dirigé par le professeur Leonard Kleinrock à l'université de Californie à Los Angeles. Ce labo faisait partie d'un groupe de quatre laboratoires de recherche sur ARPANET, le précurseur d'Internet. Une équipe de 40 personnes avaient travaillé au labo de Kleinrock à l'envoi d'un premier message à leurs collègues du Stanford Research Institute à Palo Alto.

Le télégraphe de Samuel Morse est associé pour toujours au message «Ce que Dieu a forgé…» mais, 125 ans plus tard, l'étudiant Charley Kline et son équipe n'avaient pas songé à un message signifiant pour les débuts d'ARPANET – ils étaient inconscients, à certains égards, de l'importance capitale du moment. Il n'y avait aucune caméra dans le laboratoire et il n'existe aucun enregistrement du tout premier message en ligne du monde. La seule trace qui reste de l'événement est une entrée de journal manuscrite au crayon à mine: «Avons parlé à SRI d'ordinateur à ordinateur[155].» Charley Kline, un étudiant programmeur de 21 ans à l'air poupin et aux cheveux soignés, travaillait avec le professeur Kleinrock ce soir-là; c'est lui

qui s'est assis pour taper le message d'une banalité qui, plus tard, ferait rager bien des historiens, soit le mot «*login*». (Ce message, espérait-on, permettrait à l'équipe de Kleinrock d'accéder à un ordinateur du labo de Stanford.) Tout au long de l'envoi, Kline était au téléphone avec Bill Duvall, le programmeur de Stanford, et vérifiait en direct si tout se déroulait bien. «As-tu reçu le l? Oui? As-tu reçu le o?» Et le système cessa de fonctionner avant qu'il ait eu le temps de finir. Mais, à des centaines de kilomètres de là, le très poétique message «lo» scintillait déjà sur l'écran. Internet (techniquement ARPANET) avait prononcé son premier mot.

Bill Duvall (ou un autre des ingénieurs à Palo Alto) s'est-il rendu compte que ces deux lettres scintillantes représentaient un saut quantique? La prophétie d'un oracle? *Et voilà*. Biblique même? *Et voilà que l'étoile qu'ils avaient vue en Orient*[a]…

Dans une entrevue qu'il accorda de nombreuses années plus tard, Kline admit que ce n'est que dans les années 1980 qu'il a compris l'immensité de ce qu'il avait fait ce soir-là – que son petit «lo» se comparait au premier pas sur la lune[156]. Il n'avait pas eu l'intention d'envoyer ce message, «lo», mais avec du recul, on se rend compte qu'il convient parfaitement, puisque les orateurs anglophones l'utilisent souvent pour demander l'attention de leur auditoire.

Les décennies ont passé et, depuis, ce petit mot a évolué en des milliards et des milliards de messages qui sont échangés tous les jours. Nous avons appris à apprécier l'instantanéité et la sécurité des applis de messagerie contemporaines, nous les préférons peut-être même à la communication orale. (Une étude portant sur les utilisateurs américains de téléphones intelligents de 18 à 44 ans a montré que si 43 pour cent d'entre eux «se sentent connectés» quand ils parlent au téléphone, ce pourcentage grimpe à 49 pour cent quand ils envoient et reçoivent des messages texte[157].) Les gens préfèrent une forme de communication à distance aseptisée. En effet, les utilisateurs de cellulaires sondés utilisent leur appareil 132 minutes par jour en moyenne et seulement 16 pour cent de ce temps concerne des appels téléphoniques[158]. Le reste de leurs communications se fait par textos: un

format sûr et efficace que l'on peut remanier de manière obsessive. Nous avons développé un système de micro-lettres d'amour pour le XXI[e] siècle, un système dans lequel nous nous flattons mutuellement dans l'attente toujours inassouvie d'être flatté en retour – *et que ça saute*!

Avec les technologies mobiles, les micro-lettres d'amour se succèdent sans interruption, comme en témoignent les innombrables messages sur les sites de rencontre – où les photos de pénis et les textes «KTF[b]» sont devenus les valentins du moment. Selon Marcus Frind, dont le site de rencontres PlentyOfFish gère les intérêts romantiques de quelque 60 millions d'utilisateurs, le passage de ces activités des ordinateurs de bureau aux plateformes mobiles a eu un effet démultiplicateur énorme sur l'utilisation des sites comme le sien. «Les gens envoient de trois à quatre fois plus de messages lorsqu'ils utilisent leur téléphone, m'a-t-il dit. Ils vérifient leurs messages PlentyOfFish environ 10 fois par jour.» Frind a conçu son site de manière à offrir l'option la plus sûre et la moins choquante possible (il n'y a pas de catégorie «coup d'un soir» sur PlentyOfFish, et l'utilisation de certains mots peut faire bloquer un utilisateur). Il voulait vider les «rencontres en ligne» de toute connotation sulfureuse et proposer des «rencontres amicales». Son site est donc devenu le site de rencontres que les gens n'ont pas honte d'utiliser en public, dans l'autobus ou dans un café. Quatre-vingt-cinq pour cent du trafic sur le site se fait maintenant à partir des téléphones des utilisateurs.

J'ai aussi rencontré le cofondateur d'OkCupid, Christian Rudder, dont le site gère environ 7,5 millions de messages d'amour et de désir concupiscent par jour. Selon Rudder, si le nombre de messages a augmenté depuis l'utilisation des applications mobiles, leur *longueur* moyenne a, sans surprise, diminué. De près de 400 caractères en 2005, elle est passée à environ 100 caractères en 2014[159].

Que nous draguions ou non dans les galeries d'avatars, nous avons tous constaté la superficialité grandissante des messages. Le rythme tranquille des lettres manuscrites est découpé en milliards de paquets de textes de plus en plus faméliques. Alors qu'une frénésie de messageries érotiques devient possible, les phrases complètes ont été réduites à des phrases tronquées, qui commencent elles-mêmes à disparaître au profit des émojis et des photos. Dans son essai *We're Breaking Up*, Rebecca Solnit décrit comment cette

succession de messages brévissimes ne satisfait ni notre besoin de connexion ni notre désir de déconnexion:

> Pour moi, le monde que nous avons perdu, celui d'avant l'avènement de ces nouvelles technologies de réseautage, avait deux pôles: la solitude et la communion. Le nouveau clavardage nous place quelque part entre les deux; il apaise notre peur de la solitude sans exiger que nous prenions le risque d'un véritable engagement. Nous nageons en eau peu profonde entre deux zones abyssales, un endroit sûr entre les dangers de la communion avec soi et avec les autres[160].

Ces courts messages qui passent aujourd'hui pour des lettres d'amour penchent un peu plus chaque année vers ces zones superficielles et ne sont, au fond, que des compromis sans danger qui ne nous satisfont pas.

Il existe maintenant une application réservée à la transmission du seul mot «Yo». En effet, les concepteurs ont compris après une étude de marché que, bien souvent, les gens utilisent ce mot uniquement pour envoyer un «*poke*», pour attirer l'attention. Le selfie post-coïtal est très répandu, les amants satisfaits souhaitant partager leur bonheur avec leurs *followers*. Et le comble: on peut même surveiller son partenaire avec une application comme mCouple, qui permet «de vérifier son honnêteté» en donnant un accès à distance au téléphone de l'autre. (Cette application permet de lire les textos et les messages Facebook du ou de la partenaire, ainsi qu'un relevé de tous les appels qu'il ou elle a faits. Vous pouvez savoir en tout temps où se trouve l'être aimé, ce qui exclut tout rendez-vous clandestin.)

Toutes ces applications ont une chose en commun: elles sécurisent l'affection et le désir derrière des écrans protecteurs, tout en les réduisant à des formes cryptées convenues. À mon sens, ces façons de faire sont diamétralement opposées à la confiance que supposait l'échange de bonnes vieilles lettres d'amour. Au final, nous vivons dans une culture de «certitude» orwellienne, où nous refusons de tenir compte des désirs de l'autre, refusons l'incertitude d'un deuxième rendez-vous, refusons d'avoir confiance dans le fait que notre petit ami ne revoit pas son ancienne flamme en cachette. Dans un monde branché, ce genre d'interrogations devient d'un anachronisme insupportable. Nous restons donc à jamais suspendus entre deux eaux dans la zone superficielle que décrivait Solnit, d'où émerge une culture de micro-messages «romantiques» assortis d'une surveillance compulsive, qui tient davantage de la satiété que du désir, une culture qui

met l’accent davantage sur la satisfaction du désir érotique que sur les mystères qui l’entretiennent.

Nos inquiétudes face à ces changements peuvent sembler rétrogrades, mais c’est à nos risques et périls que nous ignorons les dangers concrets qu’ils posent pour la sexualité humaine. Voici un petit exemple tiré des travaux du sociologue néerlandais Egbert de Vries sur une tribu africaine dont les membres avaient la coutume de toujours allumer un nouveau feu dans leur hutte après les relations sexuelles. De tout temps, il fallait que l’un des amants se rende à une hutte voisine chercher une brindille enflammée. La vie sexuelle de chacun était donc connue de tous. Cette transparence favorisait la cohésion sociale (l’adultère était difficile). Quand cette tribu a eu accès à des allumettes, tout ce système est parti en fumée. D’un seul coup, les relations sexuelles pouvaient demeurer complètement privées et secrètes[161].

Si une invention aussi simple que l’allumette peut entraîner la disparition des habitudes et rituels sexuels d’une culture tout entière, imaginons tous les ravages que nos milliards de points lumineux – nos téléphones – pourraient faire. Quand les nouvelles technologies ont un impact sur la rédaction des lettres d’amour, elles entraînent la disparition d’une activité solitaire qui faisait autrefois partie intégrante de nos vies amoureuses.

Il faut tout de même avouer que la cour que se font les futurs amants d’aujourd’hui ressemble à plusieurs égards aux lettres d’amour écrites à l’encre par nos ancêtres. À leur échelle, ces derniers profitaient des nouvelles inventions de l’époque. Par exemple, après l’invention de la presse d’imprimerie, la production de papier explosa et son prix s’effondra; en parallèle, le taux d’alphabétisation monta en flèche (surtout en langue vernaculaire plutôt qu’en latin) et la création simultanée d’organisations militaires, judiciaires et légales complexes nécessita des tonnes de lettres. La publication et la distribution de manuels de calligraphie aidèrent à standardiser les styles d’écriture. Tous ces facteurs mis ensemble contribuèrent à généraliser la communication écrite dans des sociétés où celle-ci était auparavant réservée à une petite élite. À mesure qu’elle se répandait, il devint possible pour les gens ordinaires de coucher leurs sentiments amoureux sur une ou deux pages. En 1635, le roi Charles I^{er}

étendit le Service royal des postes à tous ses sujets, les lettres étant acheminées d'un poste à l'autre (d'où le mot *postal*). On assista presque simultanément à la parution d'une profusion de manuels d'instructions sur la rédaction de lettres, une nouvelle compétence pour une population désireuse de commencer à communiquer avec des amis qui vivaient au loin. Il s'agissait, on l'imagine, d'un nouvel instrument de pouvoir très emballant. Le diplomate français Antoine de Courtin, écrivant en 1671, adopte un ton presque mystique quand il décrit la correspondance comme le «dialogue de l'absent[162]». Ces simples missives avaient quelque chose de magique, car elles étaient, pour les masses, un moyen de resserrer les liens sociaux avec leurs amis vivant au loin. Au XVIII^{e} siècle, l'adoption du courrier était devenue suffisamment répandue pour que les amoureux anglais commencent à échanger des vœux de Saint-Valentin, plus de 1500 ans après le choix de sa date de fête.

Au XVI^{e} comme au XXI^{e} siècle, les gens ordinaires, crémières ou employés de McDonald's, utilisent volontiers les technologies de communication à leur disposition. Ce sont, à bien des égards, les mêmes motivations qui ont guidé notre comportement à travers les siècles. Quand le philosophe stoïque Sénèque se moque de la foule qui converge vers les ports romains pour accueillir les navires postaux au premier siècle de notre ère, le phénomène ressemble beaucoup à la frénésie qui s'empare des amateurs d'opéra qui se ruent sur leurs téléphones pendant l'entracte. Mais pour demeurer crédible, l'analogie doit s'arrêter là. Les messageries texte ne sont pas des versions accélérées des relations épistolaires d'autrefois, car elles s'en distinguent qualitativement.

La rédaction d'une lettre exige un travail plus lent et plus réfléchi; elle monopolise les mains tout entières, pas seulement le bout des doigts; elle confère une plus grande valeur à une confession en la suspendant dans le silence pendant le court laps de temps entre la composition et la livraison. Les lettres servent d'écrin à l'histoire des correspondants, qui peuvent les conserver dans leurs possessions personnelles. Tout le contraire d'un serveur doublé d'acier, quoi! L'écriture des messages texte (bien que très agréable) ne se compare pas à la lente progression de la composition d'une vraie lettre; les messages ne sont pas conservés dans des boîtes à chaussures, avec leurs enveloppes aux rabats déchirés par un destinataire

trop pressé. Tout ce contact tactile avec l'objet lui-même a disparu. On peut aussi, bien sûr, détruire une lettre, l'oublier, la jeter dans un feu de cheminée. En revanche, dans le monde indélébile des courriels et des téléphones intelligents, il en existe toujours deux copies, celle de l'expéditeur et celle du destinataire. Comment alors peut-on détruire les preuves d'amour, un acte aussi important que les conserver?

Ce ne sont que quelques-unes des qualités difficilement quantifiables qui transcendent la simple «récupération» d'information que les technologies contemporaines de messagerie maîtrisent si bien. Ces qualités bénéficient de l'aura de singularité qui entoure les lettres de papier. J'utilise ici le concept d'«aura» de Walter Benjamin, l'aura étant l'ineffable qualité qui disparaît lorsqu'un objet peut être reproduit par des moyens technologiques[163]. C'est en raison de cette aura cumulative que les vieilles lettres sont souvent considérées comme l'expression la plus exacte du caractère d'une personne. L'Athénien Démétrius, auteur peu connu de l'un des premiers commentaires sur les lettres, soutient que «chacun écrit une lettre dans l'image virtuelle de son âme[164]». Personne n'en a dit autant de Snapchat.

Une lettre est un acte de foi; le rédacteur de lettre solitaire, qui travaille pendant des heures à exprimer d'un seul coup, peut-être pour la seule fois, les sentiments de son cœur pour un autre, doit croire en l'existence d'une connexion avec une personne absente qui ne peut pas lui répondre pendant, qui sait, des semaines d'affilée. Comme le dit la critique Vivian Gornick: «Écrire une lettre, c'est être seule avec mes pensées en la présence évoquée d'une autre personne. Je me tiens une compagnie imaginaire. J'occupe la pièce vide. J'infuse toute seule le silence[165].» Quand on écrit une lettre, on troque le caractère fortuit du langage parlé (et du réconfort spontané des textos et des courriels) contre une expression ordonnée de la pensée qui requiert que l'on s'isole de toute conversation. La personne à qui s'adresse la lettre est vraiment assise à nos côtés. Quand nous prenons le temps d'écrire une longue lettre à un être qui nous est cher, nous révélons des aspects de lui qui ne se sont jamais manifestés, ni lors des dîners et des fêtes, ni dans des cafés ni, même, entre deux draps.

Voilà pourquoi les lettres d'amour sont l'outil idéal pour atteindre le troisième objectif de la solitude. Il ne s'agit pas uniquement d'une façon de

s’exprimer, mais de se comprendre l’un l’autre. Des lettres de Pline à sa femme au premier siècle de notre ère, aux lettres de Beethoven à l’«immortelle bien-aimée», en passant par les missives ouvertement pornographiques de James Joyce à Nora Barnacle, l’histoire des lettres d’amour est parsemée de références au *manque* de communion et au report du désir. Or, c’est dans cet espace vide que le correspondant avait la chance de s’interroger sur les complexités du cœur humain.

À mesure qu’on avance dans le XXIe siècle, on découvre que les lettres d’amour, si peu pratiques, si lentes, si épuisantes à composer sont une espèce menacée. On oublie que l’absence de la personne chère est aussi bénéfique aux relations amoureuses que sa présence.

Pour comprendre ce que nous avons perdu, j’ai décidé de reculer dans le temps – au XIIe siècle – jusqu’à un amour et à une pile de lettres, qui ont survécu contre toute attente.

Par une nuit fatidique de l’an 1118, alors que le séduisant théologien français Pierre Abélard dormait dans sa chambre à coucher, un groupe d’hommes étranges réussit, en soudoyant quelqu’un de la maison, à s’introduire chez lui et à se réunir autour de son lit. Abélard connaissait bien l’homme qui les avait envoyés, le chanoine Fulbert. Fulbert était l’oncle d’Héloïse, la jeune fille dont Abélard était le précepteur et qu’il avait engrossée et envoyée au couvent dans la ville d’Argenteuil. Fulbert était outragé par l’insulte à sa famille et, ce soir-là, il mit en œuvre une vengeance sanglante. Les hommes saisirent Abélard par les bras et les jambes et lui tranchèrent les testicules.

C’était une question d’honneur. Abélard écrivit plus tard à un ami: «Ils me tranchèrent les parties du corps avec lesquelles j’avais commis ce dont ils se plaignaient[166].»

L’enfant, un garçon appelé Astrolabe, d’après un instrument inventé par des astronomes arabes, fut confié à la sœur d’Héloïse et a pratiquement disparu de l’histoire. Ce sont les lettres qu’Abélard et Héloïse ont échangées après leur séparation définitive que l’histoire a retenues. Héloïse devint religieuse et Abélard, moine. Ils vécurent séparés, l’une au couvent et l’autre au monastère, mais ils restèrent en contact par lettres.

L’affection épistolaire d’Abélard ne se compare pas à celle d’Héloïse. Dans ses lettres, il l’enjoint de se repentir et d’«offrir au Seigneur un perpétuel holocauste de prières pour expier nos grands et si nombreux péchés». Mais une cornette ne suffit pas à réprimer les désirs d’Héloïse, qui lui répond:

> Ces voluptés de l’amour que nous avons goûtées ensemble m’ont été si douces que je ne puis m’empêcher d’en aimer le souvenir, ni l’effacer de ma mémoire… Jusqu’à la solennité de la messe, là où la prière doit être si pure, pendant laquelle ces licencieuses images de ces voluptés s’emparent si bien de ce misérable cœur que je suis plus occupée de leurs turpitudes que de l’oraison[167].

Abélard est parfois critiqué pour la tiédeur de ses sentiments, mais son manque d’ardeur s’explique peut-être par le fait qu’il est émasculé. Comme chacun le sait, cette opération entraîne l’effondrement de la libido masculine, auquel s’ajoutent les effets de l’humiliation.

Que ressentait-il avant la castration? On ne peut que spéculer. Une liasse de lettres longtemps perdues, que certains croient être les lettres qu’ils ont échangées avant que leur amour connaisse une fin tragique, pourrait nous éclairer à cet égard. Avec un taux de testostérone normal, Abélard écrivait: «Tu es ensevelie pour l’éternité dans mon cœur; de mon vivant, tu ne sortiras pas de ce sépulcre; tu y es couchée, tu y reposes. Tu m’accompagnes jusqu’au sommeil, tu ne m’abandonnes pas, au réveil dès que j’ouvre les yeux je te vois avant même la lumière du jour[168].» À une autre occasion, il écrit:

> Que de délices se cachent dans ton sein fertile, comme tu brilles de beauté intouchée, corps gonflé de moiteur, indescriptible odeur que la tienne! Révèle ce qui est soustrait à la vue, découvre ce que tu dissimules, laisse jaillir toute la fontaine de ton incommensurable douceur[169].

Quelle qu’ait été la passion d’Abélard pour Héloïse, elle s’est consumée et a été remplacée, à la fin, par une affection studieuse.

La véritable leçon des lettres d’amour se trouve dans celles d’Héloïse, et les siennes seulement. Malgré la distance, dans l’espace et dans le temps, elle implore Abélard de renouer avec elle. «Si votre présence m’est dérobée, que la tendresse de votre langage – une lettre vous coûte si peu – me rende

au moins la douceur de votre image[170].» Les lettres sont pour elle le moyen de préserver un «doux semblant» de l'amour qui lui a été enlevé. Les aléas du destin l'ont éloignée de son amant, mais dans ses lettres, nourries par la contemplation, elle veut qu'ils se comprennent. Ses lettres sont longues et tortueuses; elles étalent son désespoir et son désir; elles expriment une affection qui ne se tarit pas quand son amour lui est enlevé. Dans son Épître d'Héloïse à Abélard, écrite plus de cinq siècles après la mort d'Héloïse, Alexander Pope dira:

> Le ciel n'inspira d'abord l'invention des lettres pour quelqu'amant banni, ou pour une amante captive. Elles vivent, parlent & expriment ce que l'amour a de plus tendre: par leur moyen les désirs d'un jeune cœur se communiquent sans crainte[171].

Pope admire la façon dont «l'âme se déploie tout entière aux yeux de l'objet aimé… un soupir passe de l'Inde jusqu'au pôle[172]». N'est-ce pas là ce qui fascine les lecteurs des lettres d'Héloïse? Le miracle du lien qui persiste malgré une solitude imposée, le lien entre un amant ancien ou présent, celle qu'elle était dans le passé et celle qu'elle est maintenant.

L'histoire regorge d'Héloïse et il faut être cynique pour penser qu'elles se languissent d'une cause perdue. Il est possible que l'amant disparu ne soit jamais reconquis (et, comme Abélard le savait mieux que quiconque, les retours en arrière sont parfois impossibles), mais la composition solitaire de lettres d'amour guérit des blessures et comble des distances. Cette écriture porte en elle une communion dans la solitude *même*.

Les lettres d'amour inspirent une sensation que Byron décrit comme «le sentiment infini alors ressenti dans la solitude, où nous sommes le moins seuls[173]». Elles confirment le paradoxe d'Éros, soit que ce que nous désirons le plus est ce que nous ne pouvons pas avoir.

---

a *Lo* signifie «et voilà» en anglais, et est utilisé ainsi dans la Bible: *Lo and Behold. Lo, the star, which they saw in the east*… (NdT)

b *KTH* signifie *Keep the Faith* (Gardez la foi).

11
Le corps défaillant

La mort

La mort est, bien sûr, la solitude finale et inviolable.

Nous envisageons avec horreur l'oblitération qu'elle promet, si jamais nous l'envisageons. C'est une séparation définitive si impensable – littéralement impensable – que la plupart d'entre nous refusent d'y penser toute leur vie. En effet, comme Freud l'a souligné, nous ne pouvons jamais vraiment comprendre notre propre mort, car même en l'imaginant nous demeurons spectateurs (comme Huckleberry Finn assistant à ses propres funérailles). Selon Freud, «dans l'inconscient, chacun de nous est persuadé de son immortalité[174]». Nous savons que la mort *existe*, mais n'avons aucune intention de mieux faire connaissance.

Or, malgré cette horreur et cette incompréhension, nous devons tout à la mort.

Les êtres vivants meurent depuis aussi longtemps qu'ils existent. Sur Terre, cela représente quatre milliards et demi d'années. Les générations successives vivent, se reproduisent et meurent. Chaque génération transmet le meilleur d'elle-même à celle qui lui succède. Mais le processus d'évolution, qui a réuni quelques éléments essentiels à la vie pour former la soupe originelle qui nous a donné naissance, ne peut fonctionner que si les générations précédentes meurent. C'est pourquoi un processus de sénescence a été programmé dans nos gènes, comme dans ceux de tous les animaux, pour que nous vieillissions et finissions par disparaître une fois passées nos années reproductives. (Les télomères, le système de «pare-chocs» génétique qui protège les deux extrémités de chaque chromosome, raccourcissent à chaque division cellulaire, ce qui entraîne à la longue des dommages à l'ADN.) Plus simplement, le métabolisme même qui nous garde en vie a des effets secondaires qui, en s'accumulant, causent diverses

pathologies et la mort. Samuel Beckett avait tout compris quand il écrivait: «Sa naissance entraîna sa mort.» En effet, la vie nous tue.

Toutes les grandes réalisations de l'humanité – l'art, la poésie, les sciences – découlent directement de ces morts, puisqu'elles sont le produit de l'évolution. Tout, de la Station spatiale internationale qui tourne à plus de 400 kilomètres au-dessus de nos têtes à la franchise de la Guerre des Étoiles qui vaut 30 milliards de dollars, en passant par le collisionneur de hadrons, la téléréalité, les Nations unies, le sorbet aux fraises, *Le Paradis perdu*, les jambes de Cristiano Ronaldo et j'en passe, tout existe grâce aux milliards de morts qui nous ont portés jusqu'à aujourd'hui. Loin d'être insensée et horrible, la mort est le carburant qui propulse ce moteur de la taille d'une planète.

Un monde d'où la solitude finale de la mort serait absente courrait au désastre. Pourtant, l'immortalité, qui contredit la notion de progrès darwinien, est exactement ce que nous réclamons. J'ai commencé le présent chapitre en disant que la mort est une solitude inviolable à laquelle nul ne peut échapper. Pourtant, en ce moment même, beaucoup de gens travaillent à démontrer que j'ai tort.

Nos ancêtres chasseurs-cueilleurs avaient une espérance de vie de 30 ou 40 ans. La mortalité infantile était un problème majeur, et elle a continué de l'être jusqu'à très récemment. Par exemple, jusqu'au XX^{e} siècle, la mort fauchait entre le quart et le tiers des enfants dans les sociétés agricoles. La variole, la rougeole et la diphtérie conspiraient pour réduire encore plus les probabilités qu'un enfant arrive à l'âge adulte. Mais la situation s'améliora – et vite. L'espérance de vie d'un Américain à la naissance, qui était de 70 ans en 1960, a augmenté à 79 ans en 2014; en Afghanistan, elle est passée de 32 ans à 60 ans pendant le même laps de temps[175]. Cette progression est évidemment inégale, mais malgré tout, partout sur la planète, l'espérance de vie est à la hausse.

Entre-temps, les ingénieurs génétiques ont réussi à doubler, voire tripler l'espérance de vie d'un ver, le *Caenorhabditis elegans*, en modifiant ses gènes[176]. D'aucuns pensent que de nouvelles recherches pourraient prolonger à 120 ans et plus l'espérance de vie moyenne, soit en stoppant la sénescence, soit en inondant la circulation sanguine de minuscules robots qui pourront débarrasser les cellules de leurs déchets métaboliques[177]. De

telles avancées viendraient corroborer la notion de plus en plus répandue que la mort n'est pas naturelle et qu'elle est un problème qu'il faut résoudre ou du moins, occulter.

À mesure que des progrès scientifiques permettent de prolonger la vie, nous perdons tout intérêt (et tout respect) pour le rôle central que la mort y joue. Nous la balayons sous le tapis, nous la cachons. À 36 ans, je n'ai jamais vu une seule personne morte. La modernité elle-même a favorisé l'adoption de nouveaux modes de vie moins centrés sur la mort. «À compter du siècle des Lumières, fait remarquer Yuval Noah Harari,

> les religions et idéologies comme le libéralisme, le socialisme et le féminisme se désintéressent totalement de la vie après la mort. Qu'advient-il d'un communiste après sa mort? d'un capitaliste? et d'une féministe? Il est absurde de chercher la réponse dans les écrits de Marx, d'Adam Smith ou de Simone de Beauvoir[178]».

Le projet de la modernité a mis l'accent sur la réalité quantifiable qui nous entoure, mais il a aussi fait des victimes, dont notre rapport avec la mort. Si la mort est une solitude éternelle, une séparation définitive du monde dans lequel nous vivons, alors il faut soit la «guérir», soit l'ignorer.

Ce rêve nébuleux que nous caressons de vaincre la mort a inspiré les auteurs de science-fiction depuis des siècles. Aujourd'hui, il s'incarne dans des projets réels et concrets. Sans surprise, on trouve à l'avant-garde de cette quête de l'immortalité les éternels optimistes de la Silicon Valley. En 2013, par exemple, Google a annoncé la formation de Calico (California Life Company), une société destinée à élucider les mystères biologiques qui entraînent le vieillissement. En 2014, le Longevity Prize de Palo Alto a été lancé. Ce prix d'un million de dollars est offert à quiconque réussira à «décrypter le code de la vie» et à «résoudre le problème du vieillissement». Le chercheur de Cambridge Aubrey de Grey, membre du conseil consultatif du prix, a joliment résumé leur philosophie: le vieillissement est un «problème médical» et non un processus naturel. Comme nous sommes des machines, raisonne-t-on, vieillir et mourir de vieillesse sont nécessairement des défaillances dans notre matériel ou notre programmation. Nous devrions donc pouvoir réparer ces défaillances. En outre, De Grey estime qu'il serait «immoral» de priver les générations futures d'une espérance de vie indéfinie[179]. Patrick McCray, historien des technologies, qualifie

d'idéologique ce désir de percer les secrets de la mort qui prévaut dans la Silicon Valley, où des «technologies dérangeantes» peuvent inspirer une ferveur quasi religieuse. Comme McCray l'a déclaré au *Guardian*: «Si vous avez gagné vos millions dans un secteur industriel basé sur le contrôle précis des chiffres zéro et un, qu'est-ce qui vous empêche d'imaginer de l'étendre aux atomes et aux molécules[180]?»

De Grey pourrait ne pas avoir tort sur un point. Ne sommes-nous pas tenus moralement de faire en sorte que la population soit le plus en santé possible? De minimiser la souffrance? Comment choisir entre plusieurs devoirs moraux opposés? Peut-on moralement condamner les générations futures à un échec financier perpétuel? Comment, en effet, qualifier une situation où les emplois et les ressources sont âprement disputés entre jeunes adultes et arrière-arrière-grands-parents? Déjà, ma génération se plaint amèrement des baby-boomers qui tardent à prendre leur retraite. On peut difficilement imaginer une cohorte qui accepterait sans regimber de céder les rênes du pouvoir, du travail et de la propriété foncière pour la seule raison que des gens qui ont 200 ans de moins qu'eux estiment que leur tour est venu.

On peut aussi imaginer un scénario encore pire dans lequel nos arrière-arrière-grands-parents ne restent *pas* en pleine possession de leurs moyens et sombrent en masse dans la démence. L'augmentation de l'espérance de vie n'a pas, jusqu'à maintenant, permis d'éviter les outrages du temps. En 2012, environ 36 millions de personnes souffraient de démence. Or, selon l'Organisation mondiale de la santé, ce nombre doublera (à 65,7 millions) d'ici 2030 et triplera (à 115,4 millions) d'ici 2050[181]. L'immortalité physique pourrait être intenable, et cela pour plusieurs raisons. On peut s'entêter à ne pas le reconnaître, mais l'entropie est tenace. Prenons comme exemple la nouvelle de Leonid Andreïev sur la vie éternelle de Lazare: ayant échappé à sa propre mort, il devient un zombie pourrissant au comportement «sinistre» qui ne connaît jamais la paix d'une fin normale. Son visage cadavérique est d'un bleu profond, ses lèvres sont gonflées et craquées, son corps bouffi de déchets gazeux. Lazare pleure amèrement et s'arrache les cheveux. Il a tellement changé que sa famille et ses amis l'abandonnent et le fuient comme un lépreux.

En fin de compte, la vie à base de carbone pourrait être trop fragile pour l'immortalité et notre désir d'échapper à notre fin nous fait verser dans le

solutionnisme technologique. Débarrassons-nous complètement de ce corps maladroit. Qui a besoin de cette enveloppe corruptible d'os et de sang? Pourquoi ne pourrions-nous pas vivre… dans le nuage?

Dans la pittoresque petite ville d'Iasi, dans le nord-est de la Roumanie, Marius Ursache, bel homme et confiant, me parle de la mort confortablement installé dans le bureau vitré d'où il dirige son entreprise technologique.

«Nous faisons l'expérience de trois morts: la première, quand on perd le contrôle de soi; la deuxième, quand notre corps nous lâche; et la troisième quand plus personne ne prononce notre nom.»

C'est à cette troisième mort, le moment où nous disparaissons de la mémoire humaine, que se consacre Eterni.me, la startup d'Ursache. Pour environ 10 dollars par mois, le service recueille vos données personnelles pour construire un avatar de vous qui prendra votre place après votre décès. Cet avatar saura tout à votre sujet, afin que vos amis/admirateurs/descendants puissent lui demander tout ce qu'ils veulent savoir sur vous. Il vous ressemblera, de sorte que les utilisateurs pourront converser avec lui et sentir un lien – si ce n'est exactement avec vous, du moins avec votre empreinte virtuelle. («Nous avons décidé de donner vie à l'avatar, même si certains critiques trouvent l'idée *sinistre*.») À certains égards, ce qu'Eterni.me propose est un Skype de l'au-delà.

«Chaque jour, pendant une à trois minutes, me dit Ursache, l'avatar vous posera des questions sur vous.» Ses questions seront pertinentes, car il aura accès à vos réseaux sociaux; il pourrait vous demander ce que vous ressentez au sujet d'un nouvel ami Facebook, par exemple. Il vous posera des questions générales. Quels sont vos premiers souvenirs? Quelle était votre relation avec votre père? «L'avatar remplacera les journaux intimes, dit Ursache, en souriant doucement. Il transformera ce que c'est d'être humain, parce qu'il nous fera réfléchir davantage pendant notre vie.»

Le site est en partie inspiré par la science-fiction, Ursache étant un fan de la série *Fondation* d'Isaac Asimov et d'*Ubik* de Philip K. Dick. Il admire aussi les films sur l'intelligence artificielle, notamment *Elle*, dans lequel un homme tombe amoureux du système de gestion de son portable, et les plateformes gérées par des avatars, comme *Second Life*, où des millions d'utilisateurs conçoivent un monde en ligne où leurs avatars se plairont.

Toutes ces références populaires ont en commun le rêve qu'il existe un au-delà numérique, un endroit où l'expérience humaine pourrait prendre de l'expansion et être prise en charge par un système technologique. Ursache a aussi des motivations plus personnelles. Lorsque sa grand-mère a été atteinte de la maladie d'Alzheimer, il l'a vue être dépouillée de tous ses souvenirs. C'était une chose intolérable pour lui qui a passé sa vie à créer des solutions visant à ordonner le chaos de la vie. Les amours de sa grand-mère, ses croyances, ses voyages, ses lectures et ses blagues, tout a été balayé et perdu à jamais. Si seulement il avait eu une façon de sauvegarder le coffre aux trésors de son esprit!

Au moment de cette entrevue en 2016, les cinq membres du personnel d'Ursache travaillaient à proximité; un chien se promenait dans le couloir; on aurait dit n'importe quelle autre petite startup. Pourtant, l'équipe se préparait fébrilement à son lancement public. Le projet, issu d'un programme de développement de l'entrepreneuriat, était sur le point de se concrétiser. Trente mille personnes s'étaient abonnées aux services d'Eterni.me, avant même qu'elle existe, et des centaines d'autres manifestaient leur intérêt chaque jour. Ursache avait trouvé un filon très réel.

Eterni.me a rejoint les rangs d'une industrie virtuelle de la mort en pleine expansion, et qui compte notamment Deathswitch (qui, si vous le désirez, publie après votre mort les mots de passe et les secrets que vous emportez dans votre tombe) et If I Die (qui vous permet d'enregistrer un message d'adieu qui sera posté sur votre page Facebook après votre mort). Les médias sociaux sont obsédés par la permanence de la connectivité et cherchent à faire d'Internet une planche Ouija qui permet des relations quasi mystiques avec les esprits. N'est-il pas merveilleux de jouir ainsi d'une telle communion avec les morts!

Bien entendu, ces succédanés de souvenirs produits par ordinateur n'ont rien de comparable aux vrais souvenirs que les survivants gardent de leurs proches disparus. Les ordinateurs n'ont pas la faculté de se souvenir; ils ne peuvent que faire resurgir. On fait rarement cette étrange distinction. Les vrais souvenirs se divisent, changent et vivent. Les scientifiques donnent maintenant raison à Jorge Borges qui a écrit: «Chaque fois qu'on se remémore quelque chose, après la première fois, ce n'est pas l'événement dont on se souvient, mais de la première fois où on en a évoqué le souvenir.

Puis de l'expérience de la deuxième fois et ainsi de suite.» En raison d'un processus appelé la reconsolidation, chaque rappel d'un souvenir le modifie. Comme l'a dit Nelson Cowan: «Nous remodelons le passé en fonction de ce que nous savons aujourd'hui, un processus dont nous demeurons complètement inconscients.» Les souvenirs de nos proches décédés sont donc changeants, plutôt que statiques. Une entreprise comme Eterni.me propose de contourner les défaillances du cerveau pour jeter des ponts par-delà la séparation que la mort impose. Son concepteur ne semble pas avoir saisi le vrai sens du deuil et de la mémoire humaine. Il existe une maxime talmudique qui dit: «Nous ne voyons pas les choses comme elles sont; nous les voyons telles que *nous* sommes.» Je pense qu'on peut la paraphraser comme suit: «Nous ne nous souvenons pas des gens comme ils sont; nous nous souvenons d'eux tels que *nous* sommes.» En niant le caractère faillible et changeant des souvenirs que nous avons de nos proches décédés, nous nions la nature faillible et changeante de nos relations.

Même si les futurs endeuillés refusent le Lazare numérique qui leur est offert, les mourants eux-mêmes pourraient être incapables de refuser l'offre d'une connexion éternelle que leur fait une startup. À mesure que le taux de natalité diminue, j'imagine que nous abandonnerons la vieille idée de continuer à «vivre à travers nos enfants» pour «vivre à travers nos avatars». Le futurologue et informaticien Ray Kurzweil soutient depuis des années que nous pourrons bientôt fusionner nos esprits avec les ordinateurs. Dès 2029, les ordinateurs pourront prétendre à une vie émotionnelle aussi intense que celle des humains. En 2030, nous inonderons notre corps de millions de nano-robots qui reconstruiront son système immunitaire, éradiqueront pratiquement les maladies et nous permettront d'ajouter, chaque année, plus d'une année à notre espérance de vie (ainsi, Kurzweil lui-même a l'intention de toujours garder une longueur d'avance et de ne jamais mourir). En 2050, ces flottes de nano-robots deviendront tellement nombreuses et ingénieuses qu'elles seront capables d'assembler un corps bionique entier pour abriter un esprit humain[182]. Un corps qui ne pourrit pas et ne rouille pas.

Les chercheurs ont rapidement constaté que les ordinateurs s'amélioraient à une vitesse quasi exponentielle, alors que nous, humains, ne progressons pratiquement plus. Ce phénomène devrait nécessairement culminer par une «singularité»: un moment, dans un avenir rapproché, où la

technologie sera tellement avancée qu'elle ouvrira la voie au dépassement de l'humain. On dirait de la science-fiction, mais Kurzweil est loin d'être farfelu; il a reçu des tas de distinctions, dont la National Medal of Technology, et il est le directeur de l'ingénierie chez Google. Silicon Valley a toujours encouragé ceux qui flirtent avec le fantastique.

De nombreux autres futurologues, moins diplômés que Kurzweil, partagent le même rêve. En 2016, le philosophe transhumaniste Zoltan Istvan a suggéré que le président américain (et d'autres leaders mondiaux) soit remplacé par une intelligence artificielle, puisque l'IA serait moins «égoïste». (Voilà assurément l'un des avantages de ne pas avoir d'ego.) Une fois que l'intelligence artificielle aura atteint un certain seuil, dit Istvan, nous, humains, serons invités à nous y joindre.

> Nous serons fusionnés, presque directement. Je vois la chose comme suit: le monde choisira 100 de ses meilleurs scientifiques, peut-être même des prêcheurs, politiciens et autres individus de toutes les couches de la société qui, tous ensemble, se connecteront à cette machine et y téléchargeront leur esprit en une seule fois[183].

Une liste d'invités à faire pâlir toutes les autres. Ces visions euphoriques représentent ce que l'un de mes amis a appelé le «ravissement de la Silicon Valley[184]». Comme le ravissement chrétien, celui-ci promet qu'un groupe sélect sera enlevé et transporté dans un enclos de bonheur éternel. Cette fin imaginée du corps biologique serait pour cette élite l'ultime victoire contre la solitude de la mort, la délivrance finale de ces engins pitoyables basés sur la chimie du carbone auxquels nous avons été enchaînés par l'évolution darwinienne. Bon débarras! L'«évolution» a pour seul objectif la perpétuation des gènes, qui ne sont que de petits acides aminés bien alignés; la singularité, elle, promet que des individus, des esprits entiers, pourront continuer à vivre – nous sauverons les esprits au lieu des codes.

La théorie de la singularité trouve son origine dans les ruminations du mathématicien John von Neumann. Voici comment il décrit sa vision dans le *Bulletin of the American Mathematical Society*: «L'accélération constante du progrès technologique […] semble nous rapprocher d'une singularité fondamentale dans l'histoire de l'espèce au-delà de laquelle l'activité humaine telle que nous la connaissons ne pourrait plus continuer[185].»

Depuis lors, la conception d'ordinateurs ayant une capacité supérieure de mille, d'un million ou d'un milliard de fois celle du cerveau humain a été l'une des forces motrices, tant de la science-fiction que des pionniers de l'industrie technologique. Ce rêve est en train de se concrétiser. Depuis 2008, il y a dans la Silicon Valley une université de la singularité très respectée.

Avant d'aller plus loin, il faut reconnaître que le projet est confronté à un sérieux problème. Tout effort pour produire ces «soi» numériques éternels repose sur l'a priori que nous sommes réellement des entités informatiques, que le soi peut être réduit aux données que nos machines sont capables de traiter.

Comme John Searle le faisait remarquer (voir chapitre 6), on peut aisément imaginer que des machines soient dotées de vie et de conscience (après tout, nous sommes nous-mêmes une sorte de machine), mais suggérer que la vie et la conscience puissent être prolongées par la puissance de rappel parfaite d'un simple ordinateur, une machine à calculer des zéros et des uns, est d'un tout autre ordre. Malgré ces objections, la toute nouvelle industrie de la mort en ligne (dont Eterni.me et autres avant-coureurs de la singularité) cherche à protéger une portion de notre humanité en préservant à jamais nos données dans le silicium. Les adeptes de la singularité suggèrent que l'humanité *entière* continuera plus tard à vivre dans le nuage. Et c'est de cette façon que la mort – la grandiose solitude qui a fait de nous ce que nous sommes – sera vaincue.

La douce trahison du corps

En fin de compte, notre foi en la singularité, en le ravissement du silicium ou même en l'existence de l'industrie informatique de la mort est la manifestation d'un rejet de la frontière qui isole nos frêles corps mortels. Chaque année, nous passons de plus en plus de temps à nous désincarner dans des avatars et sur les médias sociaux, mais nous n'échappons pas pour autant aux dictats de la vie corporelle: il nous faut continuer à consommer le nombre voulu de calories, à vivre dans ce minuscule intervalle de confort atmosphérique entre geler et cuire, dans les limites inéluctables de notre chair.

Certaines solitudes sont impossibles à garder en échec, mais c'est souvent dans les défaillances de notre corps solitaire que nous apprenons à connaître notre humanité. N'est-il pas absurde parfois de penser que nous sommes confinés à des enveloppes aqueuses qui retiennent des fragments génétiques recyclés? Je ne pense pas. La réalité de notre mortalité corporelle peut aussi entraîner une prise de conscience.

C'est à 16 ans que j'ai été paralysé pour la première fois. J'avais fait mon rêve habituel, dans lequel un homme caché dans l'ombre me tire une balle dans la tête, et je m'étais réveillé comme toujours quand la chaleur noire se répandait au sommet de mon crâne. Mais, cette fois-là, je ne me suis pas levé de l'oreiller. J'en étais incapable. Il m'a fallu un moment pour me rendre compte que je ne m'étais pas assis et un autre pour découvrir que mes yeux ne s'ouvraient pas non plus. Rien ne bougeait, sauf mon cœur et mes poumons et ils s'affolaient maintenant comme un animal en cage. Pendant deux longues minutes, j'ai ordonné à mon corps de bouger, avant de faire quelques concessions: pouvais-je au moins bouger la tête? Non. Les bras? Non. Pouvais-je tourner la main ou lever un doigt? À chaque échec, ma panique augmentait et elle me murmurait un message que seuls les paralytiques peuvent entendre: *Tu n'es qu'une étincelle à l'intérieur de ta machine à quatre membres. Tu es seul dans la caverne de ton esprit. Le «je» auquel tu crois n'est qu'une invention dans la tête d'un robot*.

Chaque nuit, notre cerveau prend bien soin de paralyser son robot pour éviter que notre corps vive physiquement nos rêves (autrement, nous fuirions des monstres imaginaires en hurlant nus dans les rues). Cette paralysie temporaire protège notre corps de nous-mêmes. Cependant, chez certaines personnes, le petit commutateur limbique qui dépend des amygdales, cette petite alarme hormonale qui permet de retrouver les fonctions motrices, est rouillé. Au réveil, nous sommes emprisonnés dans un corps mort encore chaud. Ce problème survient en particulier à l'adolescence, déclenché peut-être par l'anxiété ou la découverte de l'alcool. Ou est-ce simplement un symptôme de la paresse du cerveau, un désaveu désinvolte de nos défaillances physiques?

Ce matin-là, quand pour la première fois je me suis réveillé paralysé, je ne me suis pas demandé pourquoi, pas plus qu'un renard se demande pourquoi il a la patte coincée dans un piège. J'ai seulement ragé contre mon impuissance. J'ai essayé de me libérer de cette mâchoire de métal jusqu'à

ce qu’enfin le commutateur se remette en marche et que je revienne dans le monde. J’ai d’abord retrouvé la voix et hurlé si fort que je ne pouvais plus respirer, que mes cris ont réveillé ma mère au bout du couloir. Sa silhouette est apparue dans l’encadrement de la porte, les bras croisés sur sa robe de nuit en coton, son visage ensommeillé à la fois inquiet et irrité. Elle a plissé les yeux pendant que je tentais de lui décrire: «Comme si j’étais mort, gelé ou en train de devenir fou…»

«Bizarre», a-t-elle dit quand j’ai eu fini. Elle n’y pouvait rien. Elle a éteint la lumière du couloir en se mordant la lèvre et est retournée dans le noir de sa chambre. Je suis resté assis sur ce lit pendant longtemps en me frappant la tête sur le mur chaque fois que je sentais venir le sommeil. J’ai attendu pendant des heures les premières lueurs apaisantes de la lumière du jour.

Il est possible que, sans me l’avouer, j’aie pressenti cet effondrement. Du moins, je n’en étais pas totalement étonné. L’idée que la chair finira par nous trahir n’a rien de nouveau pour un adolescent de 16 ans. Même les pores de ma peau me donnaient du mal, soit en se tournant vers l’intérieur sous l’effet de l’acné kystique, soit en produisant de longs poils drus sur mes jambes, bien avant que ça arrive à mes camarades.

Mes membres aussi étaient hors service: je souffrais de la maladie d’Osgood-Schlatter, dans laquelle les os, les ligaments et les muscles des jambes ne croissent pas à la même vitesse. Je pleurais de douleur chaque fois que je devais monter ou descendre des marches. J’avais l’impression que mes vraies jambes avaient été écorchées et tassées dans un cadre métallique trop petit pour elles. À cause de ma maladie, j’étais forcé de regarder des limites du terrain de sport mes camarades d’éducation physique courir comme de grands oiseaux grégaires. Monsieur Pearson ne croyait pas les notes du médecin et se sentait personnellement visé par ma maladie. Je dois quand même avouer que j’étais content d’être exempté de ces jeux – je ne savais ni lancer ni attraper et ne comprenais pas les instructions que me criaient les sportifs. Je restais assis dans l’herbe haute, réduisant patiemment de petites branches en fragments de plus en plus petits, tout en regardant les autres garçons se rentrer dedans sur le terrain. Je restais à part – prétentieux et négatif. Et esseulé. Mon corps semblait me condamner à être seul.

Il m’a fallu une autre décennie avant d’apprendre à ne plus utiliser cris et hurlements pour guérir mes accès mensuels de paralysie du sommeil; à en sortir plus silencieusement. Cela a coïncidé avec ma rencontre avec Kenny. La première semaine où nous avons dormi ensemble, il s’est assis sur le bord du lit et m’a déclaré: «C’est comme le grognement d’un chien.» En fait, c’est devenu mon antidote: si je grogne suffisamment, mes jambes vont se réveiller; si j’arrive à produire un son qui résonne en dehors de moi, je reviendrai à la vie. J’ai besoin de signaux qui viennent d’au-delà de mon corps. Le grognement d’un chien fonctionne; sinon, Kenny, voyant ma détresse, peut me secouer pour me sortir de mon enfermement.

Je me sors toujours du piège de la panique en quelques minutes, pendant lesquelles je continue à sentir les limites concrètes de mon corps et le réel danger que je me retrouve terriblement seul. Je constate les limites de mon cerveau, cette ruche de 86 milliards de neurones, extrêmement complexe et pourtant incapable de fusionner avec quoi que ce soit en dehors d’elle-même. Ce livre est sans doute la preuve que je suis devenu obsédé par les limites de cette confédération de cellules.

Un soir, je suis debout dans notre appartement, les mains pressées contre le mur tout en évoquant un article où j’ai lu qu’aucun objet n’en touche un autre. Les électrons qui orbitent autour de chaque atome nous gardent à une distance infinitésimale. Je pousse le mur et me concentre sur les pores dans la peinture; quelqu’un a bâclé son travail lors de la dernière rénovation et on peut voir un reste de blond sous le blanc. «Même maintenant, il reste une distance», dis-je.

Kenny éclate de rire et répond: «Viens-tu juste de t’en rendre compte?»

Plus tard, alors que je suis endormi à côté de Kenny, celui-ci se met à trembler tellement violemment que je me réveille. Kenny aussi souffre de paralysie du sommeil. Nous avons tous deux appris à reconnaître la différence entre un simple cauchemar et les signes de notre maladie. Je le secoue pour le faire revenir à lui.

Il se lève sur les coudes, regarde fixement devant lui dans la pénombre, puis tourne son regard vers moi. Silencieux, il s’enfonce dans son oreiller et se tourne sur le dos, cherchant une position qui le protégera du piège. Je me recouche et dessine des cercles sur sa poitrine pour m’assurer qu’il va bien.

Voilà le traumatisme auquel nous assistons constamment l’un et l’autre. Il couvre nos jours d’une ombre, espacée mais régulière, avec laquelle il

nous faut vivre. Les symptômes sont presque toujours là: le tremblement, le grognement, le tombeau hanté d'un corps seul. Puis il y a ce violent retour au monde; le halètement paniqué du premier souffle. Et, à la fin, la conscience du corps d'une autre personne qui nous tient presque compagnie dans le noir.

Un dernier exemple…

Un jour, ma grand-mère a dit à ma mère qu'elle ne se sentait pas bien, que quelque chose n'allait pas. Quand, à l'urgence, on lui a demandé de dire où elle avait mal, elle a passé la main au-dessus de la moitié de son corps.

Elle pensait recevoir son congé de l'hôpital après quelques jours, mais ça n'a pas été le cas. Elle souffrait d'occlusion intestinale et son taux d'oxygène était dangereusement bas. Plusieurs disques de sa colonne vertébrale s'étant affaissés, elle avait le dos en forme de point d'interrogation. Après l'opération de l'intestin, son séjour à l'hôpital s'est prolongé en raison d'une pneumonie et d'un affaiblissement de la fonction rénale – deux affections qui peuvent être fatales à une personne âgée. Dans l'intervalle, des caillots de sang se sont formés dans ses poumons, la faisant suffoquer.

Ma grand-mère a passé des mois hospitalisée. Elle est devenue confuse, paranoïaque et désorientée. Et, petit à petit, son corps ne lui a plus appartenu. Incapable d'avaler, elle était hydratée par l'un des 13 tubes à perfusion que les infirmières lui avaient installés. Elle restait allongée, immobile, souffrant l'indignité des bains à l'éponge, bourrée de pilules à en perdre la raison.

«Sortez-moi d'ici, implorait-elle, de sa voix rauque, tout membre de la famille qui lui rendait visite. Aidez-moi à m'échapper.» Médecins, infirmières et même sa chambre conspiraient à la tuer. «Pourquoi refusez-vous de m'aider? Amenez David ici. Amenez Suzanne. Amenez Noël. Ils vont me faire sortir d'ici, eux.»

Et, derrière l'étroite fenêtre de sa chambre, quelques oiseaux étaient restés prisonniers d'un grillage. Du moins, c'était ce qu'elle répétait. Peut-être y avaient-ils simplement construit leur nid. Ces oiseaux étaient devenus une obsession pour ma grand-mère. «Ils sont captifs! Allez les aider.»

Le téléphone a sonné chez mes parents à trois heures du matin. «Vous devriez venir. Elle pourrait mourir à tout instant.» Et la famille s'est réunie à son chevet. Les tantes pleureuses ont pleuré et les autres, qui préfèrent offrir du café, ont fait leur tournée. Ma grand-mère s'accrochait à son corps défaillant. Il y a eu plusieurs conciliabules avec des médecins convaincus qu'elle n'allait pas s'en sortir et légèrement déconcertés d'avoir tort.

Quatre mois après son arrivée à l'hôpital, ma grand-mère a finalement reçu son congé. Elle vit maintenant avec des soignants qui se relaient 24 heures par jour, qu'elle peut appeler d'un coup de sonnette quand elle a besoin de se lever de son lit. Son corps se réveille en tremblant chaque matin et repousse les draps délavés.

Je lui rends visite chez elle et, quand elle me serre dans ses bras, elle me retient plus longtemps que notre réserve naturelle ne l'aurait permis autrefois. Je me munis d'une enregistreuse, déterminé à immortaliser ses histoires d'enfance. Je pourrais les faire jouer pour mes enfants un jour, me dis-je. Mais je n'arrive pas à la regarder dans les yeux et à lui demander la permission; cela reviendrait à admettre quelque chose, d'une manière ou d'une autre. Quand nous nous disons au revoir, elle me serre encore plus fort. Je suis étonné de sa force.

Dans l'étreinte de ma grand-mère et dans la façon dont Kenny me réveille de ma paralysie (ou vice versa), je sens que la solitude du corps nous force à tendre la main. Finalement, c'est donc parce que le corps est une entité physique discrète aux limites concrètes – en plus de la perspective de la mort – que l'amour est aussi intense pendant cette courte période bénie qui nous est allouée.

12
La cabane dans les bois

Quand j'aurai fini ce sandwich au thon, j'aurai été seul – complètement seul – depuis plus longtemps que je ne l'ai jamais été auparavant.

Cette pensée me saisit. Pourtant, elle est vraie, je m'en rends compte, assis ici sur cette véranda pourrie en contemplant l'océan et les 36 dernières années. Étrangement vraie. Je n'ai jamais, de toute ma vie, été complètement seul plus de 24 heures. J'ai toujours échangé au moins quelques mots avec le type qui me préparait mon *americano*. Si je restais enfermé dans mon appartement à cause d'une grippe, je correspondais par courriel, bien enroulé dans le nid douillet de ma couette. Il y avait toujours une connexion, un réconfort.

Depuis ma plus tendre enfance, j'ai été perpétuellement scruté, jugé, enlacé, entouré de potinage…

Mais cela va changer maintenant. J'ai pris le traversier à Vancouver pour l'île Pender, à environ deux heures des côtes de la Colombie-Britannique. Du quai, j'ai marché pendant encore deux heures jusqu'à la cabane de ma famille. Une vieille structure en A, construite par mes grands-parents à l'époque où on pouvait encore acheter un petit terrain en bord de mer sur une île. Il y a une balançoire en corde qui était déjà là quand j'avais cinq ans; elle pend de l'un des arbres comme un nœud de potence. Quelques marches pourries mènent à une pente boueuse et glissante jusqu'à la plage de galets où mes frères et moi construisions des radeaux en bois de grève et en corde de varech.

En ouvrant la porte de la cabane, j'ai été accueilli par une odeur de cèdre, de chien mouillé et de cendres. J'ai sorti mes provisions de mon sac: des flocons d'avoine, des raisins secs, du thon et du chili en conserve pour une semaine. Un sac brun de pommes, une pour chaque jour.

Je suis venu ici pour passer une semaine avec moi-même. Je n'ai pas seulement l'intention de doubler ou de tripler mon record de solitude, mais de rester là jusqu'à ce que je me parle tout haut. Avant que je quitte la ville, mes amis et ma famille ne faisaient pas grand cas de mon projet – rien qu'une petite semaine? – jusqu'à ce que je leur demande combien de temps ils avaient passé, eux, complètement seuls.

«Sans personne, sans téléphone, sans Internet?

— Exactement. Tout seul.

— Et Facebook?

— Ça, c'est sur Internet, non?

— Hum…»

Après quelques instants de calcul mental, la plupart d'entre eux arrivaient au même chiffre que moi: 24 heures. Il leur était déjà arrivé, parce qu'ils étaient grippés ou plus déprimés que d'habitude, de passer une journée entière sans communiquer avec qui que ce soit. Mes amis plus jeunes calaient; la plupart d'entre eux n'avaient jamais passé plus de 12 heures entièrement coupés de toute communication. (Et n'oubliez pas qu'ils ont déjà huit heures de sommeil en banque.)

Quant à moi, j'étais plein de ressentiment de me rendre compte que je n'avais jamais été seul plus de 24 heures. J'avais été tellement couvé que j'en étais naïf, pleutre même. Psychologiquement obèse. Je sentais que le moment était venu d'arrêter de m'apitoyer sur mon sort, de prendre les choses en main et de changer mon régime de solitude. Et puis j'ai lu quelque part une déclaration du pianiste de génie Glenn Gould, un excentrique qui a cessé abruptement de se produire en concert en 1964. Retiré dans la solitude du studio, il avait dit à un interviewer: «J'ai toujours eu l'intuition que pour chaque heure passée en compagnie d'autres êtres humains, on avait besoin d'un nombre X d'heures tout seul. Ce que ce X représente, je ne le sais pas. Ce pourrait être deux heures et sept huitièmes ou sept heures et deux huitièmes; en tout cas, c'est un ratio substantiel[186].»

Un ratio! On a besoin d'un nombre d'heures de solitude pour chaque heure passée avec d'autres. Quelle idée sensée! J'ai réalisé immédiatement que je n'avais jamais observé un tel ratio. Je ne m'étais jamais demandé combien d'heures de solitude et d'activités sociales me semblerait un ratio

équilibré. En gros, je m'étais toujours contenté des moments de solitude que la vie m'offrait sans chercher de solution de rechange, contrairement à un végétarien devant un steak, par exemple. J'ai choisi un point de départ extrême qui me permettrait de calculer mon ratio de solitude «gouldien».

Alors, me voilà. Une cabane dans les bois, un petit chalet pointu qui craque. Entre la route et moi, il y a 90 acres de forêt silencieuse et sept longues journées.

Pendant la première nuit, j'ai eu des frayeurs d'enfant. Le vieux réfrigérateur donne sporadiquement des coups, exactement comme un tueur à la hache, pour effrayer ses victimes derrière une fenêtre obscure, sous la pluie. Les poutres de cèdre craquent l'une après l'autre en imitant des pas. La nuit noire a quelque chose de complètement étrange pour quelqu'un qui n'y est pas habitué. Elle est tellement rare aujourd'hui, gâchée par les lampadaires, envahie par la musique et la télévision. Confronté à son véritable poids, à la sensation d'écrasement qu'elle produit, on est saisi d'une envie panique de fuir. Je ne me suis pas donné cette option. Fuir où? Dans la forêt enténébrée. J'observe par la fenêtre la pénombre s'installer en couches de plus en plus obscures, comme si le pinceau mouillé d'un peintre parcourait, centimètre par centimètre, chaque branche de cèdre. J'essaie aussi de suivre le conseil de Robert Frost de me «familiariser avec la nuit». Je m'assieds près de la fenêtre, en pyjama de flanelle et chaussettes de laine, une tasse d'eau chaude aux lèvres, et je me répète la raison pour laquelle je suis ici: «Je suis ici pour me familiariser avec la nuit.»

Un bruissement à l'extérieur; un animal secoue une branche en sautant. Où? Puis, le silence revient et la nature sauvage retourne à ses occupations, inconsciente de l'humain nerveux dans sa boîte de bois. Je constate, peiné, que la nuit, *elle*, n'a pas particulièrement envie de se familiariser avec *moi*.

L'heure du lunch, la deuxième journée: je finis mon sandwich au thon et me rends compte que j'ai déjà battu mon record, je suis seul depuis plus longtemps que jamais auparavant.

Les premiers changements commencent à apparaître. Par exemple, mon autodiscipline est en crise. Je risque de régresser à l'état préverbal des hommes des cavernes, le genre de créature qui mange toutes ses collations au lieu de s'en tenir à ses portions Ziploc soigneusement planifiées.

Pour rétablir un peu d'ordre, je décide de faire le lit. Ça marche! J'ai immédiatement envie de prendre une douche, puis de boire un thé. Ma routine reprend le dessus.

Mes processus mentaux sont tout de même encore en train de s'ajuster. Vingt-quatre heures après mon arrivée, je converse sans honte avec moi-même. Je n'arrive pas à décider s'il s'agit d'un progrès ou d'une régression de l'esprit. Je demeure en tout temps très conscient de ma propre fragilité. Il me vient à l'esprit que je pourrais glisser à la plage sur une pierre couverte de varech et me casser le cou ou boire de l'eau empoisonnée, ou encore subir un banal AVC, et personne ne s'inquiéterait de ma disparition avant une semaine. Quand on me retrouverait (il était si brave dans sa solitude!), les aigles et les loutres de mer auraient déjà dévoré les meilleurs morceaux.

Je suis plus enclin à persévérer quand je me rappelle que je suis en train de m'offrir une expérience complètement nouvelle. Quand j'ai l'impression que le silence va me rendre fou ou, plus souvent, quand je me meurs d'ennui, je me répète que j'ai toujours su que ce ne serait pas facile, que je devais m'attendre à des symptômes de sevrage.

Thoreau croyait que nous sommes tous des artistes et que nos corps et nos vies sont notre matériel d'artiste. Chaque décision est comme le coup du ciseau d'un sculpteur. J'en ressens beaucoup de pression. L'ennui, les horribles nuits près du feu, ces heures feutrées, il est clair que je m'attends à trouver des réponses ici. La deuxième journée, rien ne s'est encore passé. De petits fragments de Thoreau m'aident à continuer:

> Une voix lui dit – «Pourquoi rester ici à mener cette triste vie de labeur écrasant, quand une existence de beauté est possible pour toi?»[…] tout ce qu'il put penser de faire, ce fut de pratiquer quelque nouvelle austérité, de laisser son esprit descendre dans son corps pour le racheter[187].

À la fin de la deuxième journée, aucune voix magique ne s'est manifestée à moi. Mon esprit est descendu dans mon corps et s'y est perdu. Tous mes proches me manquent. Mon lit et ma télé, Kenny et ce bon vieux Google me manquent. Je fixe désespérément l'océan, sorte d'étendue de métal liquide étincelant, pendant une heure; toutes les 10 minutes, je ressens l'envie de changer de chaîne, mais c'est toujours la même eau qui va et vient, comme par décret. Torture.

À mon quatrième jour dans la cabane, mon attitude a changé, par nécessité. Je ne peux pas fixer l'océan pendant une semaine en attendant l'illumination. Je regarde donc autour de moi en plissant les yeux. Et c'est là qu'il me vient à l'idée que Thoreau n'était pas seul à aimer vivre dans une cabane isolée. Ted Kaczynski, l'Unabomber, vivait aussi au fond des bois. Il y a une bonne façon et une mauvaise façon de le faire.

Lors de longues randonnées dans la forêt, je commence à remarquer des choses que je n'avais jamais vues pendant toutes les années où je suis venu ici avec des voitures pleines d'amis. Il y a des blocs erratiques posés ici et là, par exemple, dont le granite jure avec le schiste et le grès qui composent l'île; ces blocs, couronnés de mousse filandreuse, ont l'air des munitions d'une catapulte géante dans l'arsenal d'un conflit céleste. Ils sont rudes, magnifiques et complètement déplacés. La retraite d'un glacier les a probablement poussés là il y a 20 millions d'années. Les plus gros arbres, et seuls les plus gros, portent des marques noires carbonisées le long des quatre premiers mètres du tronc, le signe qu'un énorme incendie a sans doute dévasté l'île il y a un siècle. Le temps s'approfondit, s'approfondit terriblement, à tel point que j'ai le vertige rien qu'à regarder dans le fouillis vert et noir.

Un jour, je rencontre une biche dans un sentier et nous nous observons avec curiosité pendant un moment. Ses oreilles absurdement alertes s'alignent avec ses yeux noirs de Bambi pour former deux points d'exclamation sur son visage muet. Je lève la main en signe de salutation, de reconnaissance mystique, mais la biche me tire la langue – littéralement – avant de déguerpir. Je regarde sa petite queue disparaître dans les broussailles et je reste planté là, la créature la plus penaude de la nature.

L'auteure et aviatrice Anne Morrow Lindbergh avait aussi l'habitude de séjourner dans une cabane au bord de la mer. Dans *Solitude face* à *la mer*, elle décrit les changements de perspective et la richesse d'expériences que procurent de telles retraites. Leurs bienfaits commencent par l'inconfort que nous ressentons en quittant notre monde surpeuplé:

> La séparation est inévitablement douloureuse… comme une amputation… C'est comme si en partant on perdait un bras. Puis, comme une étoile de mer, il en repousse un autre; on redevient entier, complet et rond – plus entier, même, qu'avant, quand notre entourage s'était approprié des parties de nous[188].

Les bras repoussent parfois de différentes couleurs. On a le pressentiment que le retour à la société sera tout aussi traumatisant: je m'arracherai sûrement une portion de ce qui a poussé ici.

Vers la fin de cette semaine solitaire, mes pensées cessent de flotter et se concentrent à nouveau sur le problème de la solitude dans une culture numérique. Or, maintenant, en parcourant à nouveau le sentier où j'ai médité avant et après mes lunchs de pommes et de biscottes, j'y pense différemment, j'élargis mon champ de vision.

De mon point de vue d'ermite, tous ces clics, échanges, *likes*, et autres partages ont l'air d'un amas de chaînes en fer. Nous sommes ceux qui créent le contenu, mais nous ne recevons en retour que le plaisir trépidant et évanescent d'être reconnus sur les réseaux sociaux. La validation et l'expression personnelles, nous dit-on, sont des récompenses bien plus gratifiantes que le minable pécule qui monte vers les propriétaires des plateformes. La critique des médias et réalisatrice Astra Taylor y voit une forme de féodalisme numérique. «Les sites comme Facebook et Tumblr offrent le terrain où les fournisseurs de contenu peuvent travailler, tandis que leurs propriétaires récoltent les fruits de leur travail en toute impunité[189].» Nous sommes la plèbe, dans ce scénario. Les systèmes de plateforme à travers lesquels nous vivons ne peuvent tirer aucune valeur de la solitude et l'abhorrent.

N'allez pas croire que Mark Zuckerberg de Facebook et Susan Wojcicki de YouTube conspirent activement contre les forces de la solitude du haut de leurs palais de marbre. Les Zuckerberg et les Wojcicki de ce monde (peu importe leur génie et leur richesse) ont plutôt été cooptés par des forces plus puissantes qu'eux, des forces entièrement vouées au contenu et aux personnes qui inspirent la connectivité.

Selon la méméticienne Susan Blackmore, les principes qui guident la croissance et les changements technologiques sont les mêmes que ceux qui régissent l'évolution biologique. Quand il y a variation, sélection et hérédité, on est *nécessairement* en présence d'une évolution, et c'est donc grâce à la loi de l'évolution et non au génie d'un quelconque PDG que les technologies progressent, devenant plus virales et emmêlées à chaque génération successive. Le biologiste cognitif W. Tecumseh Fitch, usant d'une métaphore semblable, a soutenu que nous sommes tous devenus les

neurones métaphoriques d'un cerveau planétaire, se synthétisant dans une seule intelligence homogène. «Nous […] sommes au bord d'un tout nouveau système d'organisation sociétale qui couvrira toute la planète des axones métaphoriques d'Internet qui nous unira tous[190].» Cette transformation suit le modèle de l'évolution vers les êtres complexes: si nos ancêtres ont été des cellules flottantes pendant trois milliards d'années, ils ont tout de même fini par être remplacés par des coopératives multicellulaires dont les membres ne peuvent plus *survivre* que collectivement. Une cellule de glande sudoripare ou de tige de poil cortical ne peut pas exister sans faire partie de l'alliance des 37 milliards de cellules dont le travail collectif compose un *soi*[191]. De même, Internet étend ses dendrites sur toute la planète, envoyant de nouveaux filaments dans toutes les directions jusqu'à ce que des individus humains coalescent pour former un super organisme indivisible[192].

H. G. Wells avait prévu cette énorme vague vers l'anti-solitude quand il a écrit *World Brain* en 1938, un ouvrage de critique sociale et non de science-fiction, dans lequel il préconise la création d'une «intelligence mondiale consciente d'elle-même[193]» qui vaincrait les dictateurs individuels qui avaient gouverné jusqu'alors. Sa vision est parfois utopique, parfois terrifiante; une conscience planétaire coalescée qui ne ressent jamais le besoin d'être séparée de sa propre compagnie omniprésente.

J'avance tout doucement. Sur le sentier, où je marche littéralement dans mes propres pas dans la boue croûtée, toutes ces notions expansives me paraissent bizarres, comme si elles étaient tirées d'un film de science-fiction visionnaire. Quelle pensée obscène: si j'apportais un téléphone sur ce sentier, les tentacules d'Internet se rendraient jusqu'ici aussi; en effet, elles sont *déjà* ici et n'attendent qu'un objet auquel se rattacher. À la différence que, maintenant, sur ce sentier de terre, je suis conscient de la bizarrerie de tout cela. Ici, alors que je frappe du pied un tronc pourri en scrutant le ciel pour y débusquer des aigles, cette évolution ne me semble plus inévitable. Le sentier se rapproche trop de la route maintenant. En rebroussant chemin vers la cabane, j'essaie d'imaginer un autre Internet, un Internet qui prendrait son temps – un système basé sur des rapports à deux sens dans lequel toute connexion en ligne devrait être consentie par les deux parties. Un système qui serait mieux organisé, moins brinquebalant. Un système qui

permettrait aussi la création de cathédrales, pas seulement de bazars. Mais je réalise soudain que ce système encouragerait aussi la lutte des classes, les «indésirables» restant ignorés et isolés, déconnectés. À mesure que mon scénario imaginaire se déroule, je vois un Internet à deux vitesses où les gens riches et éduqués jouissent des plaisirs d'une conversation «éthérée», laissant les pauvres travailler dans la profondeur des mines de données de première génération des technologies de plateforme. Une idée qui donne froid dans le dos.

N'y a-t-il pas de juste milieu, de façon de préserver un peu d'isolement dans toute cette glorieuse connectivité? N'est-il pas possible de contourner le problème évoqué par Lindberg dans son analogie avec l'étoile de mer et d'éviter de perdre un membre chaque fois qu'on entre en solitude et qu'on en sort? Y a-t-il une troisième voie que chacun pourrait découvrir par soi-même?

Pendant ma dernière soirée, je lis des nouvelles de Barbara Gowdy en déplaçant ma chaise en plastique sur la véranda pourrie pour attraper les derniers rayons de soleil. À la fin, ma quête de lumière me force à quitter la véranda et je me retrouve assis dans de longues herbes desséchées. Les guêpes ivres bourdonnent autour de moi et, à mon grand étonnement, j'entends un chien qui aboie sur l'île d'à côté malgré les 800 mètres d'eau salée qui nous séparent. Cet effet me donne un choc, comme un coup de hache sur un tronc. Ces vibrations voyageuses.

Quand le dernier rayon de soleil commence à disparaître, je me rends compte que je suis assis sous l'arbousier où les cendres de mon grand-père ont été répandues. Je ne l'ai pas connu, mais il existe une photo de lui me tenant dans ses bras quand j'étais bébé – j'ai le bras levé et j'essaie de lui prendre le nez.

Je suis devenu tellement habitué à parler tout seul, ces derniers jours, que parler à un grand-père mort me semble sociable, par comparaison. À mesure que la nuit tombe, je réchauffe mes mains dans mes aisselles et je lui raconte des événements de ma vie jusqu'à maintenant. Je redeviens un enfant, un très jeune enfant. En plus, être tout seul dans le crépuscule donne un peu l'impression d'être mort. Un solitaire et un mort usent du même stratagème: ils ne sont ni l'un ni l'autre imputables.

Le dernier jour, je me réveille sous la pluie. C'est la mi-octobre et, au cours de la semaine, j'ai été témoin de l'arrivée de l'automne. Ma routine est devenue automatique: faire le lit, préparer le gruau et le café, regarder les couleurs étincelantes du lever du soleil sur l'océan.

Les matins sont le meilleur moment pour évoquer, chaque jour, notre solitude. Nous sommes au réveil dans un état d'esprit «par défaut» qui survient avant que le monde ne verse trop de bruit dans nos yeux et nos oreilles. La plupart des gens de ma génération saisissent leur téléphone à la seconde où ils ouvrent les yeux; leurs moments de solitude matinale ne sont que de brefs éclairs de vide qu'ils éteignent instinctivement. Or, il peut se passer bien des choses si nous prolongeons cet éclair et acceptons de nous y arrêter un peu plus longtemps.

Autrefois, le matin, je paressais au lit en rêvassant; depuis les dernières années, au contraire, j'ai tout de suite le désir de me brancher pour vérifier tout ce que j'ai manqué pendant mon sommeil. Ma semaine en forêt a guéri cette partie de moi. Le lever du soleil sur la mer frémissante n'est pas une chose qu'on veut manquer.

Thoreau disait: «Le matin ramène les âges héroïques.» Il s'étend sur le tout premier fragment sonore qu'il entend au petit déjeuner, le vrombissement d'un moustique. Pour lui, ce bruit est comme un requiem homérique. «Une Iliade et Odyssée dans l'air, chantant son ire et ses courses uniques[194].» S'il était sensible à ce bruit, ce n'est pas parce que le vrombissement du moustique était plus fort que d'habitude, mais parce qu'il avait cultivé pendant ses matinées un état de solitude dans lequel les rencontres étaient rares et, par conséquent, précieuses.

Quand un chirurgien rend la vue à un enfant aveugle, on doit lui apprendre progressivement ce que sont la lumière, les couleurs et les objets, de manière à ne pas le terrifier. On lui enlève les bandages dans une pièce plongée dans la pénombre. Il n'est pas rare que l'enfant devienne agité et désorienté quand il fait pour la première fois l'expérience du «don» de la vue. De manière semblable mais moins spectaculaire, le retour dans la société après une expérience de solitude doit se faire graduellement. En marchant péniblement sous la pluie dans les sentiers embourbés, je traverse une forêt de cèdres dégoulinants, passe les blocs erratiques couverts de mousse brillante et les champs de fougères. Puis, j'arrive en vue de lignes

de haute tension et une route goudronnée apparaît. Je marche sur l'asphalte pendant un moment et croise des maisons de ferme. Dans l'une d'elles, un enfant pratique le piano; on entend une chanson enfantine sous la pluie qui tambourine. Un camion conduit par un homme passe sur la route et, en s'approchant, le conducteur lève deux doigts du volant pour me saluer. Je souris et m'inquiète d'avoir en quelque sorte raté cette rencontre. M'a-t-il vu sourire à travers le pare-brise? Aurais-je dû le saluer de la main?

Le traversier est bondé, trop bondé. Je vais chercher un lunch à la cafétéria et ne peux m'empêcher de faire la grimace en entendant les voix du personnel et des clients qui crient et parlent, parlent, parlent. Mais, quelques minutes plus tard, en achetant un magazine dans la boutique de souvenirs, c'est moi qui initie la conversation avec la caissière – j'insiste peut-être un peu trop. J'ai tellement besoin de parler que, pour la première fois de ma vie, je m'intéresse à la météo. Embarrassée, elle fait un geste en direction de la file derrière moi: «Excusez-moi, il y a des gens qui attendent.» En quittant le comptoir avec mon *Esquire* sous le bras, je pense à toutes les personnes âgées que j'ai éconduites quand elles me parlaient de la pluie et du beau temps.

Je trouve un coin plus tranquille sur le traversier et me cale confortablement pour regarder les moutons sur la mer. Je bois le café d'une machine. Je me dis que je ne suis pas mort. Il n'y a pas de cadavre en décomposition sur l'île Pender.

Notre relation à la solitude change constamment au gré des progrès technologiques, des nouveaux modèles résidentiels et de la rhétorique ou de la poésie de notre époque.

Dans le tourbillon de cette ère hyper technologique, certains prennent conscience que la solitude est une ressource qu'on peut soit encourager, soit laisser s'étioler. Pensez aux forêts. Pendant des siècles, les forêts de sapins étaient denses et nous pouvions y aller quand bon nous semblait et abattre des arbres sans nous préoccuper des conséquences possibles sur la nature tout entière. Puis nous avons atteint un point de non-retour et nous manquons maintenant d'espaces verts.

Aujourd'hui, grâce aux technologies de plateforme, on peut exploiter le démantèlement des ressources mentales comme on l'a fait avec les ressources naturelles. On a appris à récolter la solitude des autres. Des

profiteurs mettent au point des technologies sociales qui nous flattent et nous inondent de distractions en tous genres. L'industrie techno exploite la solitude jusqu'à épuisement, comme d'autres la forêt humide brésilienne et les sables bitumineux de l'Alberta. Voilà comment on fait une île de Pâques de notre esprit.

Quand j'arrive enfin à la maison avec une barbe d'une semaine et des vêtements imbibés de pluie, Kenny est étonné de me voir: «Je ne savais pas à quel moment tu rentrerais», dit-il en me serrant dans ses bras. Depuis la flaque à mes pieds, je remarque que quelques changements ont été faits en mon absence. Il y a une nouvelle plante grimpante en pot sur l'étagère; Kenny a commencé un roman de Michael Chabon; il y a une pile de courrier sur mon bureau.

«Tu m'as manqué», dis-je, et au moment même où je prononce ces mots, je me rends compte que c'est la première fois que quelqu'un me manque vraiment depuis des années. Dans un élan irrépressible, je pense: «Je vais me marier avec cet homme-là.» Voilà la récompense ultime de la solitude: réfléchir sur soi permet aussi de trouver les autres.

«Comment c'était?»

Je reçois sa question naïve comme un coup, car je me rends compte que je vais devoir m'expliquer. Après avoir passé une semaine à laisser mes pensées suivre leur cours sans entrave, je ne savais pas par où commencer. Je n'avais pas encore pensé à une façon de décrire ma solitude pour la rendre intelligible aux autres. Je dépose mon sac à dos sur le plancher. Avec un petit sourire embarrassé, j'essaie de dessiner des frontières qu'on ne peut connaître que par soi-même.

Notes

1. R. I. M. Dunbar. «The Social Brain: Mind, Language, and Society in Evolutionary Perspective», *Annual Review of Anthropology*, vol. 32, 2003, pp. 163–81. Sauf indication contraire, les citations sont traduites par Louise Chrétien.
2. R. I. M. Dunbar. «Coevolution of Neocortex Size, Group Size and Language in Humans», *Behavioral and Brain Sciences*, vol. 16, 1993, pp. 681–735.
3. The World Bank.«Internet Users (per 100 People)», http://data.worldbank.org/indicator/IT.NET.USER.P2/countries?display=graph.
4. Roselyn J. Lee-Won, Leo Herzog, et Park Sung Gwan. «Hooked on Facebook: The Role of Social Anxiety and Need for Social Assurance in Problematic Use of Facebook», *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, vol. 18, n° 10, 2015, pp. 567–574.
5. Pew Research Center. *Social Media Update 2013*, janvier 2014, http://www.pewinternet.org/files/2013/12/PIP_Social-Networking-2013.pdf.
6. ABI Research. «More Than 30 Billion Devices Will Wirelessly Connect to the Internet of Everything in 2020», 9 mai 2013, https://www.abiresearch.com/press/more-than-30-billion-devices-will-wirelessly-conne.
7. John Tagliabue. «Swiss Cows Send Texts to Announce They’re In Heat», *New York Times*, 1er octobre 2012, http://www.nytimes.com/2012/10/02/world/europe/device-sends-message-to-swiss-farmer-when-cow-is-in-heat.html.
8. Natalie Angier. «Edward O. Wilson’s New Take on Human Nature», *Smithsonian Magazine*, avril 2012.
9. «Always Connected for Facebook», IDC Research Report, https://www.idc.com/prodserv/custom_solutions/download/case_studies/PLAN-BB_Always_Connected_for_Facebook.pdf.
10. Katy Steinmetz. «No, You Can’t Auction Off Public Parking Spaces in San Francisco», *Time*, 23 juin 2014.
11. Micha Kaufman. «Five Reasons Half of You Will be Freelancers in 2020», *Forbes*, 28 février 2014.
12. MIT. «Live Singapore», http://senseable.mit.edu/livesingapore.
13. Ester Buchholz. *The Call of Solitude*, New York, Simon & Schuster, 1997, pp. 16–17.
14. Martin Miller. «Unattached, thank you, and loving it», *Los Angeles Times*, 2 septembre 2004.
15. Henry David Thoreau. *Walden ou La vie dans les bois*, traduction de L. Fabulet, 7e édition, Paris, Éditions de la NRF, 1922, p. 117.
16. Stephanie Cacioppo *et al*. «Loneliness: Clinical Import and Interventions», *Perspectives on Psychological Science*, vol. 10, n° 2, 2015, pp. 238–49.
17. Miller McPherson, Lynn Smith-Lovin, et Matthew E. Brashears. «Social Isolation in America», *American Sociological Review*, vol. 71, n° 3, 2006, pp. 353–375.

18. Robert Putnam. *Bowling Alone*, New York, Simon & Schuster, 2001, p. 2.
19. Ross Douthat. «All The Lonely People», *New York Times*, 18 mai 2013, http://www.nytimes.com/2013/05/19/opinion/sunday/douthat-loneliness-and-suicide.html.
20. A. R. Teo *et al*. «Does Mode of Contact with Different Types of Social Relationships Predict Depression in Older Adults?», *Journal of the American Geriatrics Society*, vol. 63, n° 10, 2015, pp. 2014–2022.
21. Anthony Storr. *Solitude* (1988; repr., New York: Free Press, 2005), p. 34.
22. Anne O'Hare McCormick. «Radio's Audience: Huge, Unprecedented», *New York Times*, 3 avril 1932.
23. Storr. *Solitude*, p. 146.
24. Christopher R. Long et James R. Averill. «Solitude: An Exploration of the Benefits of Being Alone», *Journal for the Theory of Social Behaviour*, vol. 33, n° 1, 2003, pp. 21–44.
25. Storr. *Solitude*, p. 147.
26. *Ibid*., pp. 34–35.
27. Long and Averill. «Solitude», p. 24.
28. Reed Larson, M. Csikszentmihalyi, et R. Graef,. «Time Alone in Daily Experience: Loneliness or Renewal?», dans *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy*, New Yorl, L. A. Peplau and D. Perlman (éd.), 1982, pp. 40–53.
29. «Louis C.K. Hates Cellphones x, *TeamCoco*, 20 septembre 2013, http://teamcoco.com/video/louis-ck-springsteen-cell-phone.
30. Robert Kolker. «Attention Must Be Paid», *New York Times*, 25 septembre 2014, http://www.nytimes.com/2014/09/28/books/review/a-deadly-wandering-by-matt-richtel.html.
31. Carl Jung. *Collected Works*, vol. 7, Princeton, Princeton University Press, 1967, paragraphe 757.
32. Jung. *Collected Works*, vol. 6, paragraphe 267.
33. Jung. *Collected Works*, vol. 7, paragraphe 266.
34. Philip Koch. *Solitude: A Philosophical Encounter*, Chicago, Open Court, 1994, p. 57.
35. Donald Winnicott. «The Capacity to Be Alone», *International Journal of Psychoanalysis*, vol. 39, 1958, pp. 416–420.
36. Donald Winnicott. «Primary Maternal Preoccupation», dans D. W. Winnicott, *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-analysis*, Londres, Tavistock, 1958.
37. Henry David Thoreau. *Walden ou La vie dans les bois*, traduction de L. Fabulet, 7e édition, Paris, Éditions de la NRF, 1922, p. 117.
38. Timothy D. Wilson *et al*. «Just Think: The Challenges of the Disengaged Mind», *Science*, vol. 345, n° 6192, 2014, pp. 75–77, http://www.sciencemag.org/content/345/6192/75.
39. James Boswell. *The Life of Samuel Johnson*, vol. 3, Boston, W. Andrews et L. Blake, 1807, p. 115.
40. Mary Helen Immordino-Yang, Joanna A. Christodoulou, et Vanessa Singh. «Rest Is Not Idleness: Implications of the Brain's Default Mode for Human Development and Education», *Perspectives on Psychological Science*, vol. 7, n° 4, 2012, pp. 352–364.
41. Kieran C. R. Fox *et al*. «The Wandering Brain: Meta-analysis of Functional Neuroimaging Studies of Mind-Wandering and Related Spontaneous Thought Processes», *NeuroImage*, vol. 111, 2015, pp. 611–621.

42. Bob Samples. *The Metaphoric Mind: A Celebration of Creative Consciousness*, Boston, Addison-Wesley, 1976, p. 26.
43. Felicity Mellor. «The Power of Silence», *Physics World*, vol. 27, 2014, p. 30.
44. *Ibid*.
45. Anthony Storr. *Solitude* (1998; repr., New York: Free Press, 2005), p. 198.
46. Alison Gopnik. «Explanation as Orgasm and the Drive for Causal Understanding», dans *Cognition and Explanation*, F. Keil et R. Wilson (éd.), Cambridge, MIT Press, 2000, pp. 299–323.
47. Sigmund Freud. «Creative Writers and Day-Dreaming», *Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, vol. 9, trad. de James Strachey (London: Hogarth, 1959), p. 146.
48. Virginia Woolf. «A Room of One's Own», in *The Norton Anthology of English Literature*, vol. 2 (New York: Norton, 1983), pp. 1983–1984.
49. Anthony Storr. *Solitud*, New York, Free Press, 2005, p. 198.
50. Rainer Maria Rilke. *Lettres à un jeune poète*, traduction de Bernard Grasset, dans Œuvres I: prose, Paris, Le Seuil, 1972.
51. Franz Kafka. *Letters to Felice*, Erich Heller and Jürgen Born (éd.), trad. de James Stern et Elisabeth Duckworth, New York, Schocken Books, 1973, pp. 155–156.
52. Bertrand Russell. «In Praise of Idleness», *Harper's Magazine*, octobre 1932.
53. Sebastian de Grazia. *Of Time, Work and Leisure*, New York, Vintage, 1994, p. 341.
54. Dean Takahashi. «Candy Crush Saga Maker Reports Strong Q1 with $569M in Adjusted Revenue and 61 Cents-a-Share Profit», *VentureBeat*, 14 mai 2015, http://venturebeat.com/2015/05/14/candy-crush-saga-maker-king-beats-wall-streets-expectations; Eli Hodapp. «Candy Crush Made More Money Than All Nintendo Games Combined Last Year», Toucharcade, 30 mai 2014, http://toucharcade.com/2014/05/30/candy-crush-made-more-money-than-nintendo; Chris Morris. «Why Activision Spent $5.0 Billion on 'Candy Crush' Creator King Digital», *Fortune*, 3 novembre 2015.
55. Interview avec l'auteur, 12 mai 2015.
56. Aldous Huxley. «Préface nouvelle de l'auteur» dans *Le meilleur des mondes*, traduit de l'anglais par Jules Castier, Paris, Pocket, 1977.
57. Clive Thompson. *Smarter Than You Think*, New York, The Penguin Press, 2013, pp. 11–18.
58. Vannevar Bush. «As We May Think», *Atlantic Monthly*, juillet 1945.
59. Dante Gabriel Rossetti. «The Day-Dream», dans *Collected Poetry and Prose*, Jerome McGann (éd.), New Haven, Yale University Press, 2003, p. 194.
60. Quentin Crisp. *The Naked Civil Servant*, New York, Penguin Books, 1997, p. 61.
61. Penny Arcade. «Quentin Crisp and Penny Arcade in Vienna», vidéo YouTube, 13 mars 2012, https://www.youtube.com/watch?v=NTttQs-UhgA.
62. Quentin Crisp. *The Naked Civil Servant*.
63. *Ibid*.
64. Quentin Crisp. *Doing It with Style*, Londres, Eyre Methuen, 1981, p. 50.
65. *Ibid*., p. 119.
66. *Ibid*., p. 127.
67. *Ibid*., p. 145.

68. Richard Alleyne. «English Language Has Doubled in Size in the Last Century», *Telegraph*, 10 décembre 2010.
69. Mike Isaac. «For Mobile Messaging, GIFS Prove to Be Worth at Least a Thousand Words», *New York Times*, 3 août 2015.
70. Neil Postman. *The Disappearance of Childhood*, New York, Vintage Books, 1994, p. 70.
71. Tom Standage. *Writing on the Wall*, New York, Bloomsbury, 2013, p. 182.
72. Janet Echelman. «Skies Painted with Unnumbered Sparks», http://www.echelman.com/project/skies-painted-with-unnumbered-sparks.
73. Alexander Mordvintsev, Christopher Olah, et Mike Tyka. «Inceptionism: Google Deeper into Neural Networks», *Google Research Blog*, 17 juin 2015, http://google-research.blogspot.ca/2015/06/inceptionism-going-deeper-into-neural.html.
74. Doris Lessing. *Prisons We Choose to Live Inside*, Toronto, House of Anansi, 1991, p. 49.
75. John Snell. *The Nazi Revolution*, Boston, D. C. Heath, 1959, p. 7.
76. Quentin Crisp.*The Naked Civil Servant*, p. 142.
77. Rian Keating. «Quentin Crisp Interviewed by Rian Keating, May 1983», vidéo YouTube video, 27 janvier 2015, https://www.youtube.com/watch?v=WBPwWrFWHAc.
78. J. McCarthy. «Ascribing Mental Qualities to Machines» dans M. Ringle (éd.), *Philosophical Perspectives in Artificial Intelligence*, Atlantic Highlands, Humanities Press, 1979, pp. 161–195.
79. John Searle. *Minds, Brains, and Science*, Cambridge, Harvard University Press, 1984, p. 30.
80. «Nielsen: Global Consumers' Trust in 'Earned' Advertising Grows in Importance», *Nielsen*, 10 avril 2012, http://www.nielsen.com/ca/en/press-room/2012/nielsen-global-consumers-trust-in-earned-advertising-grows.html.
81. James Gleick. *The Information*, New York, Pantheon Books, 2011, p. 406.
82. Barry Schwartz. «The Paradox of Choice», vidéo TED, juillet 2005, http://www.ted.com/talks/barry_schwartz_on_the_paradox_of_choice?language=en.
83. «Data Never Sleeps», *Domo*, avril 2014, https://web-assets.domo.com/blog/wp-content/uploads/2014/04/DataNeverSleeps_2.0_v2.jpg.
84. Solomon E. Asch. «Effects of Group Pressure Upon the Modification and Distortion of Judgments», dans *Groups, Leadership and Men*, Harold Guetzkow (éd.), Pittsburgh, Carnegie Press, 1951, pp. 177–90.
85. Neil Postman. *Technopoly*, New York, Vintage Books, 1993, p. 196.
86. Matthew Crawford. *The World Beyond Your Head*, New York, Allen Lane, 2015, p. 19.
87. James Surowiecki. *The Wisdom of Crowds*, New York, Anchor Books, 2005, p. 31.
88. Lewis Carroll. *Sylvie and Bruno Concluded*, London et New York, Macmillan, 1893, p. 169.
89. Marshall McLuhan. *The Gutenberg Galaxy*, Toronto, University of Toronto Press, 2010, pp. 174–76.
90. M. Viswanathan. «Discover Deliciousness with "Explore" in Google Maps», *Google Maps*, 2 septembre 2015, http://google-latlong.blogspot.ca/2015/09/discover-deliciousness-with-explore-in.html.
91. Jerry Brotton. «Let's Take Maps Back From Google», *Telegraph*, 1er juin 2013, http://www.telegraph.co.uk/culture/10091089/Jerry-Brotton-lets-take-maps-back-from-Google.html.

92. Uri Friedman. «12 Maps That Changed the World», *The Atlantic*, 30 décembre 2013, http://www.theatlantic.com/international/archive/2013/12/12-maps-that-changed-the-world/282666.
93. Carroll. *Sylvie and Bruno Concluded*, p. 169.
94. Caitlin Garlow, de Fleishman Hillard, courriel envoyé à l'auteur, 22 septembre 2015.
95. James Gleick. *Faster*, New York, Vintage Books, 2000, p. 93.
96. «Google CEO Eric Schmidt on Privacy», vidéo YouTube, décembre 2009, https://www.youtube.com/watch?v=A6e7wfDHzew.
97. Dave Eggers. *The Circle*, New York, Knopf, 2013, pp. 129–130.
98. Neil Postman. *Amusing Ourselves to Death*, New York, Penguin, 1985, p. 60.
99. Mark Twain. *Historical Romances*, New York, Library of America, 1994, p. 126.
100. Richard Byrd, *Alone: The Classic Polar Adventure*, Washington, DC, Island Press, 2003, pp. 84–85.
101. *Ibid*., p. 7, 6.
102. *Ibid*., p. 213–215.
103. Richard Byrd. *Alone*, London, Neville Spearman, 1958, p. 206.
104. Stephen Moss. *Natural Childhood*, National Trust, 2012, http://pooleprojects.net/National%20Trust_Natural%20Childhood%20Brochure.pdf.
105. Richard Louv. *Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder*, Chapel Hill, Algonquin Books of Chapel Hill, 2005, p. 34.
106. Yuval Noah Harari. *Sapiens: Une brève histoire de l'humanité*, traduit de l'anglais par Pierre-Emmanuel Dauzat, Paris, Albin Michel, 2015, p. 104.
107. Margaret Visser. *Much Depends on Dinner*, Toronto, McClelland & Stewart, 1987, p. 156.
108. Kathleen McAuliffe. «If Modern Humans Are So Smart, Why Are Our Brains Shrinking?», *Discover*, septembre 2010, http://discovermagazine.com/2010/sep/25-modern-humans-smart-why-brain-shrinking.
109. Yuval Noah Harari. *Sapiens: Une brève histoire de l'humanité*, traduit de l'anglais par Pierre-Emmanuel Dauzat, Paris, Albin Michel, 2015, p. 108.
110. Organisation mondiale de la santé. «Urban Population Growth», Global Health Observatory data, http://www.who.int/gho/urban_health/situation_trends/urban_population_growth_text/en.
111. Platon. *Phèdre* dans *Le Banquet/Phèdre*, traduction d'Émile Chambry, Paris, Flammarion, coll «GF», 1991, p. 106.
112. William Wordsworth. «La réplique reprise un soir» dans *William Wordsworth. Choix de poésies*, traduit de l'anglais par Émile Legouis, Paris, Les Belles Lettres, 1928, p. 18.
113. Richard Louv. *The Nature Principle*, Chapel Hill, Algonquin Books of Chapel Hill, 2012, p. 20.
114. Serge Caparos *et al*. «Do Local Perceptual Biases Tell Us Anything About Local And Global Selective Attention?», *Psychological Science*, vol. 24, n° 2, 2013, pp. 206–212.
115. Duncan Jeffries. «Is Technology and the Internet Reducing Pupils' Attention Spans?», *Guardian*, 11 mars 2013, http://www.theguardian.com/teacher-network/teacher-blog/2013/mar/11/technology-internet-pupil-attention-teaching.
116. Sean Coughlan. «City Living "Makes It Harder to Concentrate"», BBC News, 20 février 2013, http://www.bbc.com/news/education-21506132.
117. Gregory N. Bratman *et al*. «Nature Experience Reduces Rumination and Subgenual Prefrontal Cortex Activation», *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of*

America, vol. 112, n° 28, 2015, pp. 8567–8572.

118. Robert S. Ulrich *et al*. «Stress Recovery During Exposure to Natural and Urban Environments», *Journal of Environmental Psychology*, vol. 11, n° 3, 1991, pp. 201–230.
119. Bum Jin Park *et al*. «The Physiological Effects of *Shinrin-yoku* (Taking In the Forest Atmosphere or Forest Bathing): Evidence from Field Experiments in 24 Forests Across Japan», *Environmental Health and Preventive Medicine*, vol. 15, n° 1, 2010, pp. 18–26; Qing Li *et al*. «Forest Bathing Enhances Human Natural Killer Activity and Expression of Anti-Cancer Proteins», *International Journal of Immunopathology and Pharmacology*, vol. 20, 2007, pp. 3–8.
120. Rebecca A. Clay. «Green Is Good for You», *American Psychological Association*, vol. 32, n° 4, 2001, p. 40, http://apa.org/monitor/apr01/greengood.aspx.
121. Susan S. Lang. «A Room with a View Helps Rural Children Deal with Life's Stresses, Cornell Researchers Report», *Cornell Chronicle*, 24 avril 2003, http://www.news.cornell.edu/stories/2003/04/room-view-helps-rural-children-deal-stress.
122. Eva Selhub et Alan C. Logan. *Your Brain on Nature*, Toronto, Wiley, 2012.
123. Laura Smith. «Rx: 50 mg Nature, Ad Lib», *Slate*, 25 juillet 2014, http://www.slate.com/articles/health_and_science/medical_examiner/2014/07/doctors_prescribing_outdoors_time_nature_is_good_for_you.html.
124. Nathan Donato-Weinstein. «Google Campus Plan Would Explode the Concept of Buildings, Workspace», *Silicon Valley Business Journal*, 27 février 2015.
125. Eugene Kim. «Amazon Is Building Three Giant Glass Domes Filled with Endangered Species at Its New HQ», *Business Insider*, 29 juin 2016, http://www.busines-sinsider.com/amazons-giant-glass-domes-are-filled-with-endangered-species-2016-6.
126. Matthew Crawford. *The World Beyond Your Head*, New York, Allen Lane, 2015, p. 94.
127. *Ibid*., p. 27.
128. Jane Austen. *Orgueil et préjugés*, traduction de V. Lecomte et C. Pressoir, Montréal, La bibliothèque électronique du Québec, coll. «À tous les vents», p. 59.
129. *Ibid*., p. 318.
130. William Hazlitt. *Hazlitt: Selected Essays*, George Sampson(éd.), Cambridge, Cambridge University Press, 1958, p. 143.
131. Wendell Berry. *What Are People For?*, Berkeley, Counterpoint, 2010, p. 11.
132. Marcel Proust. «Sur la lecture», préface à la traduction de *Sésame et les lys* (John Ruskin), Paris, Mercure de France, 1906, p. 29.
133. Virginia Woolf à Ethel Smyth, 29 juillet 1934, *The Letters of Virginia Woolf*, vol. 5, Nigel Nicolson et Joanne Trautmann (éd.), New York, Harcourt Brace Jovanovich, p. 319.
134. En août 2014, Mar a donné une conférence intitulée «Fiction and Its Relation to Real-World Empathy, Cognition, and Behavior» à la 22e convention annuelle de l'American Psychological Association.
135. Natalie Jarvey. «Victorious Launches App for Fan Fiction Author Anna Todd», *Hollywood Reporter*, 25 février 2016.
136. Kathryn Zickuhr et Lee Rainie. «E-reading Rises as Device Ownership Jumps», Washington, Pew Research Center, 16 janvier 2014.
137. Dartmouth College. «Digital Media May Be Changing How You Think: New Study Finds Users Focus on Concrete Details Rather Than the Big Picture», *ScienceDaily*, 8 mai 2016, http://www.sciencedaily.com/releases/2016/05/160508151944.htm.

138. Jennifer Maloney. «The Rise of Phone Reading», *Wall Street Journal*, 14 août 2015.
139. Kevin Kelly. «Scan This Book!», *New York Times Magazine*, 14 mai 2006.
140. Clay Shirky. «Why Abundance Is Good: A Reply to Nick Carr», *Encyclopaedia Britannica Blog*, 17 juillet 2008, http://www.britannica.com/blogs/2008/07/why-abundance-is-good-a-reply-to-nick-carr.
141. Maryanne Wolf. *Proust and the Squid*, New York, Harper Perennial, 2007, p. 47.
142. John Brockman (dir.). *Is the Internet Changing the Way You Think?*, New York, Harper Perennial, 2011, p. 271.
143. Maryanne Wolf. *Proust and the Squid*, New York, Harper Perennial, 2007, p. 168.
144. Susan Greenfield. *Mind Change*, New York, Random House, 2015, p. 13.
145. Marshall McLuhan. *The Gutenberg Galaxy* (Toronto: University of Toronto Press, 2011), p. 54.
146. Neil Postman. *The Disappearance of Childhood*, New York, Vintage Books, 1994, p. 12.
147. Alberto Manguel. *A History of Reading*, Toronto, Vintage Canada, 1998, p. 42.
148. Dan Kois. «How One Direction Super Fan Anna Tod Went From Waffle House Waitress To Next-Big-Author With Erotic Fanfic Series "After"», *Billboard*, 17 juillet 2015, http://www.billboard.com/articles/magazine/6634431/anna-todd-after-one-direction-fan-fiction-book-deal-movie-rights-profile.
149. Bob Stein. «Original Invite Letter», *Sidebar*, Institute for the Future of the Book, http://www.futureofthebook.org/sidebar/invite.html.
150. Jakob Nielsen. «How Users Read on the Web», Nielsen Norman Group, 1er octobre 1997, http://www.nngroup.com/articles/how-users-read-on-the-web.
151. Jakob Nielsen. «E-Mail Newsletters: Increasing Usability», Nielsen Norman Group, 29 novembre 2010, http://www.nngroup.com/articles/e-mail-newsletters-usability.
152. Kenneth Goldsmith. «Why I Am Teaching a Course Called "Wasting Time on the Internet"», *New Yorker*, 13 novembre 2014, http://www.newyorker.com/books/page-turner/wasting-time-on-the-internet.
153. «The Happy Zombie Sunrise Home» a obtenu un franc succès avec 1, 2 million de lectures au moment d'écrire ces lignes.
154. Simon Garfield. *To the Letter*, New York, Gotham, 2014, p. 36 et pp. 47–49.
155. «The First Internet Connection, with UCLA's Leonard Kleinrock», YouTube vidéo, 13 janvier 2009, https://www.youtube.com/watch?v=vuiBTJZfeo8.
156. AOL Mail Team. «A Chat With Internet Pioneer Charley Kline», AOL Mail Blog 28 octobre 2011, http://mailblog.aol.com/2011/10/28/a-conversation-with-internetpioneer-charley-kline.
157. IDC Custom Solutions. «Always Connected for Facebook», IDC Research Report, 27 mars 2013, https://www.idc.com/prodserv/custom_solutions/download/case_studies/PLAN-BB_Always_Connected_for_Facebook.pdf.
158. *Ibid*.
159. Christian Rudder. *Dataclysm*, New York, Crown Publishers, 2014, p. 65.
160. Rebecca Solni. *The Encyclopedia of Trouble and Spaciousness*, San Antonio, Trinity University Press, 2015, p. 258.
161. Neil Postman. *Technopoly*, New York, Vintage Books, 1993, p. 27.
162. Antoine de Courtin. *The Rules of Civility; or Certain Ways of Deportment Observed in France, Amongst All Persons of Quality Upon Several Occasions*, Londres, J. Martyn and John Starkey, 1703, p. 169.

163. Walter Benjamin. *The Work of Art in the Age of Mechanical Reproduction*, New York, Penguin Books, 2008, p. 7.
164. Garfield. *To the Letter*, p. 98.
165. Vivian Gornick. *Approaching Eye Level*, Boston, Beacon Press, 1996, p. 162.
166. Pierre Abélard et Héloïse. *Lettres d'Abélard et Héloïse*, traduction de Victor Cousin, Paris, Garnier frères éditeur, 1875, p. 19.
167. *Ibid*., p. 105.
168. Peter Abelard and Heloise. *The Letters of Abelard and Héloïse*, traduction de Betty Randice, Londres, Penguin Books, 1974, p. 239.
169. *Ibid*., p. 243.
170. *Ibid*., p. 79.
171. Alexander Pope. «Lettre d'Héloïse à Abeilard» dans *Lettres amoureuses d'Héloïse et Abeilard*, Paris, E. Dentu éditeur, 1888, p. 166.
172. *Ibid*., p. 166.
173. Lord Byron. «Childe Harold's Pilgrimage», dans *The Norton Anthology of English Literature*, vol. 3, New York, Norton, 1993, p. 490.
174. Sigmund Freud. *Reflections on War and Death*, traduit par A. A. Brill et Alfred B. Kuttner, New York, Moffat, Yard & Co., 1918, Bartleby.com, 2010, http://www.bartleby.com/282/2.html.
175. World Bank. «Life Expectancy at birth, total (years)», http://data.worldbank.org/indicator/SP.DYN.LE00.IN.
176. C. A. Wolkow *et al*. «Regulation of C. elegans Life-Span by Insulinlike Signaling in the Nervous System, *Science*, vol. 290, n° 5489, 2000, pp. 147–150.
177. La doyenne de l'humanité était Jeanne Louise Calment, qui a vécu jusqu'à 122 ans.
178. Yuval Noah Harari. *Sapiens: Une brève histoire de l'humanité*, traduit de l'anglais par Pierre-Emmanuel Dauzat, Paris, Albin Michel, 2015, p. 318.
179. Aubrey de Grey. «A Roadmap to End Aging», vidéo TED, juillet 2005, https://www.ted.com/talks/aubrey_de_grey_says_we_can_avoid_aging?language=en#t-287106.
180. Zoë Corbyn. «Live for Ever», *The Guardian*, 11 janvier 2015, http://www.theguardian.com/science/2015/jan/11/-sp-live-forever-extend-life-calico-google-longevity.
181. Organisation mondiale de la santé. «Dementia Cases Set to Triple by 2050 but Still Largely Ignored», 11 avril 2012, http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2012/dementia_20120411/en.
182. Andrew Goldman. «Ray Kurzweil Says We're Going to Live Forever», *New York Times Magazine*, 25 janvier 2013, http://www.nytimes.com/2013/01/27/magazine/ray-kurzweil-says-were-going-to-live-forever.html?_r=0.
183. John Hendrickson. «Can This Man and His Massive Robot Network Save America?», *Esquire*, 19 mai 2015, http://www.esquire.com/news-politics/interviews/a35078/transhumanist-presidential-candidate-zoltan.
184. Adam Pez. *The Silicon Rapture*, Vancouver, Nonvella, 2015.
185. Stanislaw Ulam. «John von Neumann, 1903–1957, *Bulletin of the American Mathematical Society*, vol. 64, n° 3, mai 1958, pp. 1–49.
186. *32 Short Films About Glenn Gould*, dir. François Girard, Samuel Goldwyn, 1993.

187. Henry David Thoreau. *Walden ou La vie dans les bois*, traduction de L. Fabulet, 7e édition, Paris, Éditions de la NRF, 1922, p. 185.

188. Anne Morrow Lindbergh. *Gift from the Sea*, New York, Pantheon Books, 2005, p. 36.

189. Astra Taylor. *The People's Platform*, Toronto, Random House, 2014, p. 18. John Brockman (dir.). *Is The Internet Changing the Way You Think?*, New York, Harper Perennial, 2011, pp. 184–187.

191. Eva Bianconi *et al*. «An Estimation of the Number of Cells in the Human Body», *Annals of Human Biology*, vol. 40, n° 6, 2013, pp. 463–471.

192. John Brockman (dir.). *Is the Internet Changing The Way You Think?*, New York, Harper Perennial, 2011, pp. 184–87.

193. H. G. Wells. *World Brain*, London, Methuen, 1938, p. xiv.

194. Henry David Thoreau. *Walden ou La vie dans les bois*, traduction de L. Fabulet, 7e édition, Paris, Éditions de la NRF, 1922, p. 81.

Index

«1984» (publicité télévisuelle), 90

A

Abélard, Pierre, 176-178
abnégation, 30
Activision Blizzard, 65-66
After (Todd), 152-155
Amazon, 96, 101, 105, 136
Amazon Mechanical Turk, 85
Amazon Prime Air, 29
Andreyev, Leonid, 183
anxiété sociale, 22, 26
Apple, 71, 90-91
Archimède, 63
Aristote, 26
ARPANET, 168
Asch, Solomon, 102
Atchity, Matt, 98-99
Atwood, Margaret, 163
Augustin, Saint, 150
Austen, Jane, 137-138
autonomie, 198-199
«autoplagiat», 82, 85
auto-surveillance, 120-124

B

Babbage, Charles, 75
«bain de forêt», 134
Baron, Naomi, 85
Bauer, Felice, 62
bave numérique, 122
Beckett, Samuel, 180
Benenson, Fred, 84-85
Berry, Wendell, 142
Besteman, Catherine, 39
BlackBerry, 71
Blackmore, Susan, 201
Bone, Edith, 13-18
Borges, Jorge Luis, 185
boucles ludiques, 66, 68, 75
Bowling Alone (Putnam), 39
Brotton, Jerry, 113, 116, 118
Buchholz, Ester, 37-38
«bulles» de filtres, 103
Bush, Vannevar, 73-74
Byrd, Richard, 125-127, 132, 142
Byron, Lord George Gordon, 61, 74, 178

C

Caenorhabditis elegans, 181
Calico (California Life Company), 182
Candy Crush, 64-68, 72
Capote, Truman, 153
Carroll, Lewis, 107, 120

cartes mentales, 112
cartographie, 107-108, 111-120
effet sur le sens de l'orientation, 114-115,
et «extinction de l'expérience», 118-120
faux sentiment de clarté, 117-118
personnalisation de la, 112-113
préjugés, 115-117
«certitudes manufacturées», 136
Cervantes, Miguel de, 159-160
cerveau
activité du cerveau pendant la rêverie, 52-55
effet sur le toilettage social, 31
effet sur les technologies des communications, 25-26
et complexité sociale, 23
et illumination (éclair de génie), 59
réseau du mode par défaut, 54-55
taille, 130
Chaplin, Charlie, 123
«charge culturelle», 100-102
Charles I^er^ (roi d'Angleterre), 173
Christoff, Kalina, 55-57, 59-60
C.K., Louis, 42
Clarke, Arthur C., 29
Clay, Henry, 87
Cognitive Neuroscience of Thought Laboratory, 52
collaboration, 30. *Voir aussi* externalisation ouverte
effet sur la créativité, 57-59
et le style personnel, 88-92
communication non-verbale, 83-85, 169-170

communisme, 14-17
Confessions (Saint Augustin), 151
conformité, 83-86
connaissance de soi, 41, 43
conscience de soi, 21-22, 26, 41-42, 86-87, 92-93, 102-103
contacts sociaux
    difficulté d'éviter les, 22, 35-36
    et solitude, 39
    ré-établir des, 205-206
corps humain, limites du, 189-194
Coupland, Douglas, 89-90
Courtin, Antoine de, 173
Cowan, Nelson, 186
Crawford, Matthew, 105, 136-137
création de liens sociaux, 43-45
créativité
    et insatisfaction, 61
    et rêverie, 55-58
    et solitude, 40-41, 61-62
Crisp, Quentin, 80-82, 86, 91-93
Csikszentmihalyi, Mihaly, 41

D

Deathswitch, 185
de Botton, Alain, 162
DeepDream, 88-89
de Grazia, Sebastian, 64
de Grey, Aubrey, 182
démence, 183

dépression, 13, 39, 134-136
«désolation égoïste», 37
de Vries, Egbert, 172
Dick Tracy, 71
Dickens, Charles, 138
dispositifs de chronométrage, 70-71
Dixon, Matt, 53
Doctorow, Cory, 31
Don Quichotte (Cervantes), 159
Dunbar, Robin, 24, 30
Duvall, Bill, 168

E

Echelman, Janet, 88
Echo, 29
École Dalton, 159
économie de petits boulots, 34
«économie du partage», 32-35
écriture
    besoin de solitude, 40
    commanditée, 157
    comme technologie dérangeante, 149-150
    et insatisfaction, 61
    lettres, 165-167, 172-173, 174-178
    littéraire *par opposition à* spontanée, 153
    sur les plateformes numériques, 147, 151-158, 160-164
Egan, Jennifer, 162
Eggers, Dave, 122-123
Einstein, Albert, 57, 138

«Éloge de l’oisiveté» (Russell), 64
Emoji Dick, 85
émojis, 82, 84-85
émoticônes, 82-83
enfants
    «going-on-being» (continuer à exister), 44
    et autonomie, 37-38
    surveillance des, 121-122
envoi de messages texte, 43
    «texteurs désignés», 127
    en conduisant, 42
    non-verbaux, 82-86
    par opposition à écriture de lettres, 174
eremia, 132
«errance mortelle», 43
espérance de vie, 180
esseulement, 18
    et toilettage social, 37
    prévalence croissante de l’, 38
    vs solitude, 36, 93
Eterni.me, 184-186, 188
être dans la lune, laisser l’esprit vagabonder. *Voir* rêverie
    Eurêka, moments eurêka. *Voir* illumination (éclair de génie)
évolution
    et lecture, 148
    et mort, 179-180
    et repérage, 114
    et théorie de la singularité, 187
    expression de soi, 79-93. *Voir aussi* écriture
    comme geste politique, 79-82

et communication non-verbale, 83-86
sur les médias sociaux, 22, 26, 86-87, 92
externalisation ouverte
de l'écriture, 146-147, 155-156, 160-161
de l'opinion, 98-102, 112-113
«extinction de l'expérience», 119

F

Facebook, 26, 33
Fahlman, Scott, 83
«fanfiction», 152, 154
Fedoruk, Brandy, 166
féodalisme numérique, 201
Fitch, W. Tecumseh, 201
Ford, Henry, 70
Francis Crick Institute, 58
Freud, Sigmund, 61, 63, 179
Frind, Marcus, 169-170
Frost, Robert, 197
Fulbert, Canon, 176

G

Gaitán, Sol, 159-160
Gardner, Ashleigh, 153
gestion scientifique, 70
Gibson, William, 26
GIF, 85
Gleick, James, 122
Godoy, Ariana, 156

«going-on-being» (continuer à exister), 44
Going Solo (Klinenberg), 44
Goldsmith, Kenneth, 162
Google
    Calico (California Life Company), 182
    campus, 136
    DeepDream, 88-89
    et recherches oraculaires, 28
    plateforme Play Music, 101
Google Earth, 118-119
Google Image Labeler, 68
Google Maps, 108, 112, 114-115
Google Now, 29
Google Translate, 109
Gopnik, Alison, 59
Gould, Glenn, 196
goût, externalisation ouverte du, 96, 98-105, 112-113
Gray, Matt, 84
Greenfield, Susan, 149
Gusterson, Hugh, 39

H

Harari, Yuval Noah, 130, 181
Hazlitt, William, 139
Héloïse, 176-178
Hitchcock, Alfred, 82, 85
Hitler, Adolf, 91
Hobbes, Thomas, 138
Holroyd, Michael, 81

Hongrie, République populaire de, 14
Huxley, Aldous, 70, 135

I

illumination (éclair de génie)
et bouffée de plaisir, 59
et rêverie, 55, 62-63
et solitude, 40
imagines (fan fiction), 152
Immordino-Yang, Mary Helen, 54
«individuation», 43
industrie de la mort en ligne, 183-189
inégalités économiques, 33-34
innovation et solitude, 40-41
Instagram, 32
Institut culturel de Google, 89
Institute for the Future of the Book, 159
intelligence artificielle, 187
capacité d’avoir des croyances, 96-98
fusion avec la conscience humaine, 187
«sur LSD», 89
Internet
communications mal comprises, 83-84
effet sur la pensée, 71-75
et toilettage social, 26-28
naissance d’, 167-169
of Everything, 28-30
isolement cellulaire, 12-18
Istvan, Zoltan, 187

J

«Je me sens seul, y a-t-il quelqu'un qui veut me parler?» (babillard électronique), 27-28
Jéricho, 130-131, 136
jeux en ligne, 64-68
Johnson, Samuel, 52
Jung, Carl, 43

K

Kaczynski, Ted, 199
Kafka, Franz, 40
Kelly, Kevin, 148
Kerouac, Jack, 153
King Digital Entertainment, 65
Kleinrock, Leonard, 168
Kline, Charley, 168-169
Klinenberg, Eric, 44
Krakauer, Jon, 127
Kurzweil, Ray, 186-187

L

Lang, Fritz, 70
langage
    et toilettage social, 24
    sous-utilisation du, 82-83
Larson, Reed W., 42
Lau, Allen, 156
Le Cercle (Eggers), 122-123
Le contrat social (Rousseau), 133

lecture
en ligne *par opposition à* texte imprimé, 161-162
et empathie, 145-147
et pensée abstraite, 147-149
silencieuse, 149-151
sociale, 158-160
lecture profonde, 148
Le meilleur des mondes (Huxley), 70, 135
Les Grandes Espérances (Dickens), 135
Lessing, Doris, 91
lettres d'amour, 169-172
Lindbergh, Anne Morrow, 200
Linnell, Karina, 134
livres électroniques, 147
Lobben, Amy, 112, 114-115, 117-118, 121
Logan, Alan, 135
Logiciel de reconnaissance d'images, 88
Louv, Richard, 129, 133-134
Lovelace, Ada, 74-75

M

machine analytique, 74-75
machines à écrire, 165, 167
Major, Anya, 90
Mar, Raymond, 146
marcher, 60
Massachusetts Institute of Technology (MIT)
Media Lab, 29
Senseable City Lab, 35

médias de masse, effet sur le style personnel, 91-92, 99-100
médias sociaux, 26-27
    dépendance, 31-32
    et affaiblissement du style individuel, 86-87, 92-93
McCandless, Chris, 127
McCarthy, John, 95-96
McCray, Patrick, 182
McLuhan, Marshall, 111, 150
mCouple, 171
Mellor, Felicity, 57-58
Memex, 73-74
mémoire, faillibilité de la, 185-186
Mercator, Gerardus, 115-117
Metropolis (Lang), 70
Microsoft Word, 158
Moby Dick (Melville), 84, 157
Monet, Claude, 61
MonkeyParking, 33
Morozov, Evgeny, 113
Morris, Jane, 75
Morse, Samuel, 87, 168
mort, 179-189
    et évolution, 179-180
    familiarité avec la, 182
    industrie de la mort en ligne, 183-189
Moss, Stephen, 129

N

National Science Foundation, 39

nature
aliénation de la, 128-133
bienfaits des contacts avec la, 133-135, 140-142
et réduction de l’ego, 136-137
marcher dans la, 137-140
peur de la, 126-127
Newton, Isaac, 57
New York Times, 39-40
Nicholson, Simon, 138
Nielsen, Jakob, 161

O

Oatley, Keith, 145-146
«objets enchantés», 29
oisiveté
dévalorisation de l’, 52, 54-55, 57
peur de l’, 93
«utilisation avisée de l’», 64
OkCupid, 170
opinion
externalisation ouverte de l’, 98-105
malléabilité de l’, 102-103
ordinateurs
capacité d’avoir des croyances, 95-98
capacité de conscience, 186-188
capacité de penser, 74-75
Oregon Health and Science University, 39
Organisation mondiale de la santé, 131
Orgueil et préjugés (Austen), 137

P

Palo Alto Longevity Prize, 182
«paradigme de l’information», 100
paradoxe du choix, 100-101
paralysie, 189-193
Pariser, Eli, 103
partage en ligne
    dépendance au, 31-32
    volume de, 100-101
pensée
    abstraite, 147-149
    analytique, 55-57, 60
    «conversationnelle», 72-73
«Perdre son temps sur Internet» (cours), 162
perspective allocentrique, 113-114
Peters, Arno, 116
peur de manquer quelque chose, 31, 68
pharmaceutiques, 135
Picasso, Pablo, 75
plateformes, 32-34, 135-136
    démantèlement de la solitude, 206-207
    travail gratuit, 32-33, 68-69, 156-157
Plenty Of Fish, 169-170
Pope, Alexander, 177-178
Postman, Neil, 86-87, 104
Potter, Beatrix, 61
«précariat», 33
presse d’imprimerie et écriture de lettres, 172-173
pression des pairs, 102-103

«problèmes d’intuition», 55-56
Proust, Marcel, 145, 148-149
Putnam, Robert, 39
Pyle, Robert Michael, 119

R

rébus, 56
recherches oraculaires, 28
rédaction de lettres, 165-167, 172-174
Regional Assembly of Text, 165-166
Research In Motion, 71
réseau du mode par défaut, 54-56, 204
résolution de problèmes, 55-59
rêverie, 52-64
    et la résolution de problèmes, 55-58
    les technologies qui empiètent sur la, 65-71
    se permettre de commencer, 59-60
révolution agricole, 129-131
révolution industrielle, 34, 70
Richtel, Matt, 43
Rilke, Rainer Maria, 62
Roman, Elias, 101
Rossetti, Dante Gabriel, 75-76
Rotten Tomatoes, 98-99
Rousseau, Jean-Jacques, 132-133, 138
Rudder, Christian, 170
Russell, Bertrand, 64

S

Salon, 27
Samples, Bob, 57
santé mentale, 39, 41-43, 134-136
Schmidt, Eric, 122
Schüll, Natasha Dow, 66-68, 136
Schwartz, Barry, 100-101
Scott, Ridley, 90
Scott, Tom, 84
scriptura continua, 150
«séances silencieuses», 44-45
Search (Coupland), 89-90
Searle, John, 95-97, 188
Selhub, Eva, 135
Sénèque, 173
services postaux, 173
Seven Years Solitary (Bone), 17
sexualité, 170-172
Shirky, Clay, 148
«ravissement de la Silicon Valley», 187
Simon & Schuster, 153, 155, 158
sites Web et applis de rencontres, 170-172
«Skies Painted with Unnumbered Sparks» (Echelman), 88
Smarter Than You Think (Thompson), 72
SocialBook, 159-160, 162
Socrate, 131-132
solitude
    bienfaits de la, 40-42, 142
    comme ressource, 35-36, 45-46, 206
    dévalorisation de la, 57-58
    et connaissance de soi, 41-43

et création de liens sociaux, 43-45
et créativité, 40-41, 61-62
et enfants, 37-38
et force des liens sociaux, 43-46
évocation matinale de la, 204
expérience de la, 46-47, 126
par opposition à esseulement, 36, 93
peur de la, 51
Solitude face à la mer (Lindbergh), 200
Solnit, Rebecca, 170
Songza, 101, 103
Speer, Albert, 91
Standage, Tom, 87
Stein, Bob, 158-159
Storr, Anthony, 40-42, 58, 61
style collaboratif, 88-92
style personnel, 79-93
affaiblissement du, 83-88, 92
remplacement par le style collaboratif, 88-92
StyleFactory, 88
Styles, Harry, 152
Sun Microsystems, 161
Sur la route (Kerouac), 153
Surowiecki, James, 105
Sylvie et Bruno (Carroll), 107, 119
«syndrome de manque de nature», 129, 133

T

Taylor, Astra, 201

Taylor, Frederick, 70
télégraphe, 45
téléphones intelligents
développement des, 71
jeux sur les, 64-68
proximité des, 26-27, 30-31
textos, 170
test de Turing, 97
«texteurs désignés», 127
The Day Dream (Rossetti), 75
The Insecure American (Gusterson et Besteman), 39
théorie de la singularité, 188
théorie des pièces détachées, 138
théorie du «cerveau social», 24
The Wisdom of Crowds (Surowiecki), 105
The World Beyond Your Head (Crawford), 105
Thompson, Clive, 72
Thoreau, Henry David, 23, 38, 45-46, 199, 204
Todd, Anna, 151-155, 158, 162-164
toilettage social, 23-28, 31
et enfants, 37-38
travail
et mise en place d'horloges, 70-71
gratuit, 32-33, 68-69, 156-157
travail autonome, 34
tribu Himba, 134
Turing, Alan, 97
Twitter, 45, 86, 92, 136, 160, 162

U

Unabomber, 199
Une chambre à soi (Woolf), 61
Unilever, 157
Université de la Colombie-Britannique (UBC). *Voir* Cognitive Neuroscience of Thought Laboratory (laboratoire de neuroscience cognitive de la pensée
urbanisation, 133, 135
Ursache, Marius, 183-185

V

Van Alstyne, Marshall, 34
villes
    anonymat, 35
    intelligente, 34-35
«villes plateformes», 34
Visser, Margaret, 130
Viswanathan, Murali, 112
von Neumann, John, 188
Voyage au bout de la solitude (Krakauer), 127
voyages et sens de l'orientation, 107-120

W

Walden (Thoreau), 45
Waterman, Elizabeth, 31-32
Wattpad, 151-154, 156-158
Wattpad Presents, 157
Wells, H.G., 202
«*We're Breaking Up*» (Solnit), 170

What Are People For? (Berry), 142
WhatsApp, 26
Wilson, E.O., 30
Wilson, Timothy D., 51
Winnicott, Donald, 44-45
Wolf, Maryanne, 148-149
Woolf, Virginia, 61, 104, 138, 145-146
Wordsworth, William, 61, 132
World Brain (Wells), 202

X

xénophobie, 39-40

Y

Yelp, 98
Yo (app), 171
YouTube, 32-33

Z

Zilboorg, Gregory, 37
zone machine, 66-68

Remerciements

Jusqu’à ce qu’on marie la solitude et la bonne compagnie, ni l’une ni l’autre ne peut s’épanouir pleinement. Je me suis rendu compte en rédigeant le présent ouvrage que la vie solitaire de l’écrivain n’est rien sans les nombreux et merveilleux amis qui permettent cet épanouissement.

Ce livre n’aurait jamais existé sans l’encouragement de mon extraordinaire agente Anne McDermid. Et je lève mon chapeau à Harry Scoble au National Theatre de Londres, qui fut l’un des premiers à soutenir mon livre.

Les erreurs et les oublis ont été limités par les conseils d’experts engagés comme Matt Atchity, Nicholas Carr, Kalina Christoff, Matt Dixon, Brandy Fedoruk, Marcus Frind, Allen Lau, Amy Lobben, Constant Mews, Keith Oatley, Elias Roman, Christian Rudder, Natasha Schüll, John Searle, Bob Stein, Jeff Temple, Marius Ursache, Marshall Van Alstyne, Elizabeth Waterman et Nora Young.

Plusieurs auteurs m’ont offert leurs conseils avisés tout au long de la rédaction de cet ouvrage, notamment Deborah Campbell, Douglas Coupland, Wayne Grady et Miriam Toews.

Les visites dans les classes m’ont ouvert des fenêtres éclairantes dans les esprits des natifs du numérique et je serai toujours reconnaissant aux étudiants avec lesquels j’ai pu parler à l’Université de la Colombie-Britannique, à l’Université Wilfrid Laurier et à l’Université de Toronto.

Comme tant d’auteurs canadiens, j’ai bénéficié du soutien du Conseil des arts du Canada, qui m’a accordé une subvention m’ayant servi à mener mes recherches initiales.

Il y a aussi les amis et les membres de ma famille qui ont toujours su à quel moment s’enquérir de mes progrès et à quel moment il valait mieux parler du nouveau chien. Les clans Park et Harris m’ont offert plus de soutien que je n’en méritais, surtout mes parents Marylin Harris et Bob Harris. Et tellement d’amis m’ont fait profiter de leurs lumières, particulièrement David Anderson, Scott Beluz, Ed Bergman, Tyee Bridge, Anne Casselman, Trevor Corkum, Andrea Gills, Kerry Gold, April Green, Brennan Higgenbotham, Nicholas Humphries, Sean Kheraj, Dai Kojima, Michael MacLennan, Matt O’Grady, Kim Peacock, Lara Percy, Rebecca Philps, Gary Ross, Michael Scott, Paul Siggers, Jordan Tannahill, Pat Tu et Elsa Wylie.

Je remercie enfin mon brillant et gentil partenaire Kenny Park. Personne d’autre ne peut parcourir mes écrits et séparer aussi facilement le bon grain de l’ivraie. Et personne d’autre ne peut me tirer aussi facilement de ma solitude.

M. J. H.
Vancouver, Canada

Table des matières

Avant-propos
La magie née de l’obscurité

Première partie: Les usages de la solitude
1. Tous ensemble maintenant
2. À quoi sert la solitude?

Deuxième partie: Coup de tonnerre
3. L’esprit vagabond
4. Destructeurs de rêverie

Troisième partie: Pour qui vous prenez-vous?
5. Le style
6. Goûtez-moi ça
7. Étranger en terre étrange
8. Une promenade dans la nature sauvage

Quatrième partie: La connaissance des autres
9. Histoires sociales
10. Lettres d’amour
11. Le corps défaillant
12. La cabane dans les bois

Notes
Index

Remerciements

Solitude: l’étonnant pouvoir du calme
ISBN EPUB 978-2-7619-5025-1

Infographie: Johanne Lemay
Révision: Caroline Hugny
Correction: Odile Dallaserra et Brigitte Lépine

09-18

Imprimé au Canada

© 2017, Michael Harris

Traduction française:
© 2018, Les Éditions de l’Homme,
division du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.
(Montréal, Québec)

L’ouvrage original a été publié par Penguin Books Ltd sous le titre *Solitude*.

Tous droits réservés

Dépôt légal: 2018
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

DISTRIBUTEURS EXCLUSIFS:

Pour le Canada et les États-Unis:
MESSAGERIES ADP inc.*
Téléphone: 450-640-1237
Internet: www.messageries-adp.com
* filiale du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d’impôt pour l’édition de livres – Gestion SODEC – www.sodec.gouv.qc.ca

L’Éditeur bénéficie du soutien de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec pour son programme d’édition.

Conseil des Arts du Canada Canada Council for the Arts

Nous remercions le Conseil des Arts du Canada de l’aide accordée à notre programme de publication.

Financé par le gouvernement du Canada
Funded by the Government of Canada

Canada

Nous remercions le gouvernement du Canada de son soutien financier pour nos activités de traduction dans le cadre du Programme national de traduction pour l'édition du livre.

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Programme national de traduction pour l'édition du livre, une initiative de *la Feuille de route pour les langues officielles du Canada 2013-2018: éducation, immigration, communautés*, pour nos activités de traduction.

Suivez-nous sur le Web

Consultez nos sites Internet et inscrivez-vous à l'infolettre pour rester informé en tout temps de nos publications et de nos concours en ligne. Et croisez aussi vos auteurs préférés et notre équipe sur nos blogues!

EDITIONS-HOMME.COM
EDITIONS-JOUR.COM
EDITIONS-PETITHOMME.COM
EDITIONS-LAGRIFFE.COM
RECTOVERSO-EDITEUR.COM
QUEBEC-LIVRES.COM
EDITIONS-LASEMAINE.COM

Dans un monde hyperconnecté et sous l'emprise des réseaux sociaux, l'Homme moderne semble avoir relégué le calme et la paix à l'arrière-plan. Sollicités de toutes parts, nous avons peu à peu perdu notre capacité à être seuls. Pourtant, le silence est une source précieuse de contentement et de réflexion. L'auteur Michael Harris nous encourage à apprivoiser la solitude afin d'y puiser des trésors d'inspiration et de créativité. En s'appuyant sur son expérience personnelle et sur de nombreuses études, il démontre en quoi notre mode de vie actuel a appauvri notre façon de considérer l'isolement, et nous invite à fuir un moment la frénésie ambiante. L'énergie récoltée dans une solitude de qualité nous aidera à améliorer notre relation à nous-mêmes et aux autres.

Photo : © Hudson Hayden

Michael Harris est un journaliste et auteur canadien dont les thèmes de prédilection sont les médias, les libertés individuelles et l'art. Il écrit régulièrement pour le *Washington Post*, *Wired*, *Salon*, le *Huffington Post* et *The Globe and Mail*. Son livre précédent, *The End of Absence*, a reçu le prix du Gouverneur général.

Oserez-vous, à votre tour, explorer l'étonnant pouvoir du calme ?

Groupe Livre
Québecor Média

Couverture : Nancy Desrosiers
Illustration : © MJgraphics / Shutterstock

This file was downloaded from Z-Library project

Your gateway to knowledge and culture. Accessible for everyone.

z-library.sk z-lib.gs z-lib.fm go-to-library.sk

Official Telegram channel

Z-Access

https://wikipedia.org/wiki/Z-Library